

UNIVERSIDAD DE SEVILLA

Facultad de Ciencias de la Educación

Departamento de Educación Física y Deporte



TESIS DOCTORAL

***ANÁLISIS DE LOS FACTORES PSICOLÓGICOS Y SOCIALES
INFLUYENTES EN LA IMPLICACIÓN DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LAS CLASES DE
EDUCACIÓN FÍSICA***

Directores

Dr. D. Óscar del Castillo Andrés

Dr^a. D^a. María del Carmen Campos Mesa

Francisco Julián Gálvez González

Sevilla 2015



UNIVERSIDAD DE SEVILLA

Facultad de Ciencias de la Educación

Departamento de Educación Física y Deporte

Dr. D. Óscar del Castillo Andrés, con título de doctor N° 2010/070510, y Dra. Dña. María del Carmen Campos Mesa, con título de doctora N° 2011/170655, ambos pertenecientes al Departamento de Educación Física y Deporte de la Universidad de Sevilla, como directores de la tesis doctoral presentada para aspirar al título de doctor de D. Francisco Julián Gálvez González,

DAN SU VISTO BUENO A:

La presentación por el citado doctorando de la Tesis Doctoral titulada **“ANÁLISIS DE LOS FACTORES PSICOLÓGICOS Y SOCIALES INFLUYENTES EN LA IMPLICACIÓN DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA”** destacando que reúne las condiciones académicas y científicas exigidas para su presentación

Sevilla, 7 de octubre de 2015

Fdo.: Dr. D. Óscar del Castillo Andrés

Fdo.: Dra. Dña. María del Carmen Campos Mesa

AGRADECIMIENTOS

A mis padres Francisco y Antonia, a los cuales les debo todo y de los que me siento profundamente orgulloso.

A mi mujer Ana, por el tiempo robado, su comprensión y apoyo incondicional siempre. Por hacerme feliz.

A mis hijos Ángeles Antonia y Francisco Julián, que aumentan mis ganas de mejorar y seguir esforzarme.

A mis tutores Óscar del Castillo y María del Carmen Campos, por enseñarme a dar los primeros pasos en la investigación educativa, por su dedicación y ánimos

A todos los profesores y profesoras que en algún momento de mi vida me guiaron y alentaron a seguir adelante.

A todos de corazón...

¡Muchas gracias!

ÍNDICE GENERAL

Introducción	I
--------------	---

PRIMERA PARTE

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA INVESTIGACIÓN

Capítulo 1. Factores psicológicos relacionados con la implicación del alumnado de educación secundaria obligatoria en las clases de educación física	5
---	----------

Introducción	7
1. La motivación	10
2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio	22
3. La participación de los adolescentes	38
4. El profesor y las clases de Educación Física	46

Capítulo 2. Factores sociales relacionados con la implicación de los alumnos y alumnas de educación secundaria obligatoria en las clases de Educación Física	55
---	-----------

Introducción	57
1. La clase social, estatus socioeconómico	59
2. El ocio	65

3. La diferencia de género	74
----------------------------	----

SEGUNDA PARTE

FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

Capítulo 3. Diseño de la investigación	87
---	-----------

1. Introducción	89
2. Planteamiento del problema	89
3. Objetivos generales y específicos del estudio	90
3.1. Objetivos generales del estudio	90
3.2. Objetivos específicos del estudio	90
4. Planteamiento de hipótesis y subhipótesis	92
4.1. Hipótesis	92
4.2. Subhipótesis	93
5. Metodología y diseño de la investigación	94
6. Descripción de la muestra del estudio	96
7. Dimensiones objeto de estudio	100
8. Procedimiento de recogida de datos	101
8.1. El cuestionario	101

Capítulo 4. Análisis e interpretación de los resultados	105
--	------------

1. Procedimiento de análisis de los datos	107
---	-----

2. Resultados del cuestionario para chicos	109
2.1 . Análisis descriptivo de los factores psicológicos	110
2.1.1 <i>La motivación</i>	110
2.1.2 <i>Percepción de los aspectos saludables</i>	113
2.1.3 <i>La participación de los adolescentes</i>	115
2.1.4 El profesor y las clases de Educación Física	119
2.2. Análisis descriptivo de los factores sociales	121
2.2.1. <i>La clase social, estatus socioeconómico</i>	121
2.2.2. <i>El ocio</i>	125
3. Resultados del cuestionario para chicas	127
3.1. Análisis descriptivo de los factores psicológicos en chicas	127
3.1.1. <i>La motivación</i>	127
3.1.2. <i>Percepción de los aspectos saludables</i>	129
3.1.3. <i>La participación de los adolescentes</i>	132
3.1.4. <i>El profesor y las clases de Educación Física</i>	135
3.2. Análisis descriptivo de los factores sociales	138
3.2.1. <i>La clase social, estatus socioeconómico</i>	138
3.2.2. <i>El ocio</i>	140
4. Análisis comparativo de los resultados	143
4.1. Comparación entre chicos y chicas	144
4.2. Comparación entre centros públicos y privados	147
4.3. Comparación por edad	148
4.4. Comparación entre cursos	148

4.5.	Comparación de medias respecto a la implicación entre hombres y mujeres	155
5.	Análisis correlacional	156
5.1.	Correlaciones de la implicación de las alumnas en los factores psicológicos	159
5.1.1.	<i>La motivación</i>	159
5.1.2.	<i>Percepción de los aspectos saludables del ejercicio</i>	159
5.1.3.	<i>La participación de los adolescentes</i>	160
5.1.4.	<i>El profesor y las clases de Educación Física</i>	160
5.2.	Correlaciones de la implicación de las alumnas en los factores sociales	161
5.2.1.	<i>La clase social, estatus socioeconómico</i>	161
5.2.2.	<i>El ocio</i>	161
5.3.	Correlaciones de la implicación de los alumnos en los factores psicológicos	162
5.3.1.	<i>La motivación</i>	162
5.3.2.	<i>Percepción de los aspectos saludables del ejercicio</i>	162
5.3.3.	<i>La participación de los adolescentes</i>	162
5.3.4.	<i>El profesor y las clases de Educación Física</i>	163
5.4.	Correlaciones de la implicación de los alumnos en los factores sociales	163
5.4.1.	<i>La clase social, estatus socioeconómico</i>	163
5.4.2.	<i>El ocio</i>	164

TERCERA PARTE

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Capítulo 5. Discusión y conclusiones de la investigación	171
1. Introducción	173
2. Discusión respecto a los factores psicológicos	173
2.1. La motivación	173
2.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio	177
2.3. La participación de los adolescentes	179
2.4. El profesor y las clases de Educación Física	181
3. Discusión respecto a los factores sociales	182
3.1. La clase social, estatus socioeconómico	182
3.2. El ocio	183
4. Conclusiones respecto a los factores psicológicos	184
4.1. La motivación	185
4.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio	187
4.3. La participación de los adolescentes	190
4.4. El profesor y las clases de Educación Física	192
5. Conclusiones respecto a los factores sociales	194
5.1. La clase social, estatus socioeconómico	194
5.2. El ocio	197
6. Perspectivas futuras de investigación e intervención	199

7. Bibliografía	201
8. Anexos	235
Anexo 1. Cuestionario reducido para hombres	237
Anexo 2. Cuestionario reducido para mujeres	241
Anexo 3. Cuestionario en su versión amplia	245
Anexo 4. Carta de presentación a los directores de los centros	259

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Relación del número de alumnos y alumnas por curso	99
Tabla 2. Lectura de valoración y valor numérico correspondiente a la contestación de los ítems del cuestionario	103
Tabla 3. Índice de fiabilidad del cuestionario en su versión amplia y de la versión reducida para hombres y mujeres	104
Tabla 4. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación	111
Tabla 5. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud	113
Tabla 6. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación	116
Tabla 7. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física	119
Tabla 8. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social	122
Tabla 9. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio	125
Tabla 10. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación	128
Tabla 11. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud	130
Tabla 12. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación	133
Tabla 13. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física	135
Tabla 14. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social	138
Tabla 15. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio	141
Tabla 16. Estadísticos de contraste. Prueba de Mann-Whitney. Comparación entre hombres y mujeres	151
Tabla 17. Estadísticos de contraste. Mann-Whitney. Comparación entre centros públicos y privados	152

Tabla 18. Estadísticos de contraste. Prueba de Kruskal-Wallis. Comparación por edad	153
Tabla 19. Estadísticos de contraste. Prueba de Kruskal-Wallis. Comparación por curso	154
Tabla 20. Comparación de medias respecto a la implicación entre hombres y mujeres	155
Tabla 21. Correlaciones de las dimensiones respecto a la implicación de las alumna	157
Tabla 22. Correlaciones de las dimensiones respecto a la implicación de los alumnos	165

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Relación de centros educativos intervinientes en nuestro estudio	97
Figura 2. Volumen de alumnos y alumnas pertenecientes a centros públicos y privados	98
Figura 3. Número de alumnos y alumnas por curso	99
Figura 4. Número de alumnos y alumnas por edad	100
Figura 5. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación	112
Figura 6. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud	115
Figura 7. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación	118
Figura 8. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física	121
Figura 9. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social	124
Figura 10. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio	126
Figura 11. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación	129
Figura 12. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud	132
Figura 13. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación	134
Figura 14. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física	137
Figura 15. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social	140
Figura 16. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio	143
Figura 17. Relación de alumnos y alumnas encuestadas	144
Figura 18. Comparación entre chicos y chicas y chicas	146

INTRODUCCIÓN

El alumnado de Educación Secundaria Obligatoria, posee en líneas generales una buena percepción de la asignatura de Educación Física y del profesor, llegando a constituirse este último en un modelo para la práctica sin; embargo, la implicación en nuestras clases cada vez es menor, los niveles de participación cada vez son más escasos, y lo que es peor, este tipo de conductas están derivando en comportamientos sedentarios que se van agravando conforme el alumnado avanza en edad, llegando en el peor de los casos, al abandono.

Esta situación se intensifica especialmente en el género femenino, la mayoría de los autores preocupados en el estudio de este tema han demostrado que las chicas participan menos que los chicos y tienen mayores tasas de abandono. Los motivos son numerosos: discriminación del género femenino a través de un lenguaje sexista, en los libros de texto, llegándose a constituir una Educación Física masculinizada, estereotipada y donde sólo se tienen en cuenta los gustos e intereses de los chicos, predominando contenidos poco motivadores para ellas. Entre los contenidos preferidos están los juegos y deportes en los chicos y la expresión corporal en las chicas. Las alumnas no creen que se aproximen mucho a sus intereses.

Muchos son los factores que han hecho que los niveles de implicación sean hoy día bajos, sin embargo, en nuestra investigación hemos identificado seis directamente relacionados con el aumento o descenso de la misma: La motivación, la clase social, la percepción de aspectos saludables del ejercicio, la participación, la diferencia de género y el profesor de Educación Física.

Para intentar corroborar el objetivo de este estudio: “analizar el grado de implicación de los alumnos de secundaria en las clases de Educación Física” hemos puesto en marcha esta investigación de tipo cuantitativo no experimental tipo encuesta. Concretamente, hemos utilizado dos cuestionarios tipo *ad-hoc*, uno para chicos y otro para chicas, validados en un estudio previo, con el fin de ser utilizados en esta investigación y realizado sobre una muestra de 1100 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria pertenecientes a centros de las provincias de Sevilla y Huelva. Estos Institutos son de carácter público y privado y de un nivel socioeconómico heterogéneo abarcando estratos medio-alto, hasta bajo. Con los datos obtenidos se procedió a un análisis descriptivo de los ítems, contraste de género en cada una de las dimensiones del cuestionario, análisis factorial confirmatorio y contraste de independencia entre variables con el objetivo de estudiar relaciones entre las mismas y contrastes de hipótesis: comparaciones de medias de varias poblaciones.

Entre las conclusiones que obtuvimos cabe destacar, que el alumnado tiene una buena percepción de las clases de Educación Física, piensa que es divertida. Del mismo modo, opinan que participan bastante en las clases, aunque reconocen que este nivel es menor en Secundaria que en la etapa de Primaria. Entre los contenidos preferidos están los juegos y deportes para los chicos y la expresión corporal para las chicas, aunque de forma general piensan que no se aproximan mucho a sus intereses. Tienen un buen concepto de las relaciones entre actividad física y salud y creen que la asignatura de Educación Física les ayuda a mejorar su salud. Además, reconocen participar en actividades físicas fuera del centro educativo, durante los fines de semana y

en periodo de vacaciones; sin embargo, no creen que nuestra materia les ayude ni les enseñe a ocupar el tiempo de ocio.

Utilizando palabras de McMillan & Schumacher (2005) *“los educadores están constantemente intentando entender los procesos educativos y deben tomar decisiones profesionales”* (p. 5). Nosotros nos encontramos comprometidos con tal aseveración e intentaremos con nuestro estudio aportar algo de información para que así se lleven a cabo tales decisiones.

Esta investigación consta de tres partes:

En la primera de ellas, “Fundamentación teórica de la investigación” se desarrollan dos capítulos:

Capítulo 1. “Factores psicológicos relacionados con la implicación del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en las clases de educación física”. En este capítulo hemos recogido la información que diversos investigadores han desarrollado sobre temas, que desde nuestro punto de vista, pueden influir en la implicación de los alumnos y alumnas; nos referimos a: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, percepción de la participación de los adolescentes, percepción de los alumnos y alumnas hacia el profesor y las clases de Educación Física (denominados factores psicológicos).

Capítulo 2. “Factores sociales relacionados con la implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria en las clases de educación física”. En este apartado, expondremos las diversas líneas de investigación que hoy día se trabajan a nivel científico sobre temas

relacionados con la clase social, estatus socioeconómico, el ocio y la diferencia de género (factores sociales); todos ellos identificados y relacionados también, desde nuestro punto de vista, con la implicación del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en las clases de Educación Física.

En la segunda parte de nuestra tesis vamos a desarrollar los fundamentos metodológicos de la investigación, consta de dos nuevos capítulos: capítulo 3. “Diseño de la investigación” y capítulo 4. “Análisis e interpretación de los resultados”. En ella, planteamos el problema de la investigación, formulamos los objetivos generales y específicos de nuestro estudio, así como el Planteamiento de hipótesis y subhipótesis. Posteriormente, presentamos la metodología y el diseño de la investigación, describiendo la muestra del estudio, las dimensiones analizadas, el procedimiento de recogida y análisis de datos así como el análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios para chicos y para chicas, a través de un análisis descriptivo de los factores psicológicos y de los factores sociales. Comparamos, también, los resultados de diferentes poblaciones: chicos y chicas, centros públicos y centros privados, edades, cursos y las correlaciones de las dimensiones respecto a la implicación de las alumnas y alumnos, tanto en los factores psicológicos, como sociales establecidos anteriormente.

Por último, en la tercera parte de la investigación desarrollamos la discusión y conclusiones de la investigación (capítulo 5) respecto a cada una de las dimensiones relacionadas con la implicación del alumnado y planteamos las perspectivas futuras de investigación e intervención de la misma.

PRIMERA PARTE

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA INVESTIGACIÓN

**CAPÍTULO 1. FACTORES PSICOLÓGICOS RELACIONADOS CON LA
IMPLICACIÓN DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
OBLIGATORIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

INTRODUCCIÓN

Actualmente nos preocupa bastante la insuficiente práctica física desarrollada por los jóvenes, extendiéndose también esta preocupación a las clases de Educación Física. En el capítulo que a continuación se expone, quedan reflejados aquellos factores psicológicos relacionados con el índice de implicación en las clases de Educación Física. Vamos a analizar 4 de los factores que consideramos influyentes: la motivación, la percepción de los aspectos saludables del ejercicio por parte del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria, percepción sobre la participación y por último, la percepción que tienen los alumnos y alumnas hacia el profesor o profesora y las clases de Educación Física.

Antes de comenzar resulta necesario explicar qué entendemos en nuestro estudio por implicación. Partiendo de la dificultad que trae consigo la valoración de la implicación del alumnado actualmente en nuestra asignatura, vamos a considerar en nuestro estudio este término, como aquel que aglutina una serie de condicionantes que deben estar implícitos en el comportamiento de cada uno de los alumnos y alumnas en el desarrollo de nuestras clases. *Así pues, podemos definir como alumno implicado a aquel que posee una buena motivación a la hora de enfrentarse a nuestra materia, es conocedor de los aspectos saludables que trae consigo la practica de actividad física habitual, participa activamente durante las sesiones que se plantean día a día en nuestros centros de enseñanza, valora positivamente la figura del profesor y la propia asignatura de Educación Física, al mismo tiempo ,considera que el estatus socioeconómico o clase social no es un factor determinante para la práctica de actividades físicas y que valora el ocio activo, siendo crítico con cualquier tipo de hábito sedentario.*

1. La motivación

Aspecto importante que debemos tener en cuenta a la hora de valorar la implicación de los alumnos en las clases de Educación Física es la motivación y que, dependiendo del tipo y el grado de motivación, la implicación del alumnado es distinta. Diversas teorías aplicadas al campo de la actividad física tratan de dar explicación a los problemas que hoy día se presentan en nuestras clases. Nos referimos a las Teorías de las Metas de Logro (Nicholls, 1989) y la Teoría de la Autodeterminación (Ryan & Deci, 2002).

La teoría de las metas de logro trata de analizar los factores disposicionales y ambientales que determinarán la orientación y el clima motivacional.

Existen dos tipos de orientaciones según la forma de concebir el éxito o demostrar habilidad: Por un lado la orientación a la tarea, el alumnado dirige su esfuerzo al aprendizaje y valora sus niveles de éxito consigo mismo y por otro lado, la orientación al ego, en la que el alumno dirige su esfuerzo al logro, juzga su habilidad en función de lo que hagan los demás (Nicholls, 1989).

Según Piéron & Ruiz (2007) la motivación de logro refuerza la participación. Del mismo modo podemos decir que ser competente motiva la práctica, ya que ello produce satisfacción, satisfacción por la práctica. Por el contrario, una escasa percepción de competencia provocará un resultado opuesto en nuestro alumnado. La intención de ser activo a nivel físico depende de la percepción de competencia, por lo que resulta recomendable que los profesores utilicen en sus enseñanzas mecanismos para aumentarla en los alumnos (Moreno, Moreno & Cervelló, 2007).

Lo que ocurre es que esta percepción de competencia puede variar; generalmente, la percepción de competencia tiende a disminuir con la edad,

especialmente desde los 12 hasta los 17 años (Piéron & col 2007). Es justamente a estas edades, cuando otros autores como Kjonniksen, Fjortoft, & Wold (2009) coinciden en el descenso de práctica de actividad física de los jóvenes.

A partir de los 8-12 años el niño empieza a reconocer que sus habilidades para llevar a cabo tareas están limitadas a pesar del esfuerzo que pueda realizar. Esta percepción de competencia se compara con la de otras personas, compañeros y repercute de forma directa en la motivación y por consiguiente, en la participación.

Por otro lado, en Secundaria en edades comprendidas entre los 13 y 15 años la participación se ve reducida (Gómez-Mármol, 2013), la motivación empieza a cambiar, pasando del disfrute y diversión que genera la propia actividad en si misma, al deseo de competición: ganar, ello implica un cambio de hábitos de trabajo, mayor tiempo en la aplicación de ejercicio y mayor intensidad. Con ello podemos comprobar que se pasa de orientación a la tarea a orientación al ego.

comportamientos:

1. Opción de abandono.
2. Fase recreativa, donde el deporte se realiza para divertirse.
3. Fase de entrenamiento intensivo.

En otro estudio de Quevedo-blasco (2009) el 34 % de los adolescentes no realiza práctica físico deportiva en su tiempo libre. Las causas suelen ser

variadas, pero destacan: la falta de tiempo (22%), la falta de interés (15%) y porque no les gusta (7%).

Existen fuertes diferencias entre la propia percepción de competencia que tienen los adolescentes que realizan actividad física y aquellos que no y también entre chicos y chicas (Ghooshchy, Kameli & Jahromi, 2011). Del mismo modo, los alumnos y alumnas le dan más importancia al hecho de sentirse competente que las alumnas (Piéron & Ruiz, 2007). En este mismo sentido, los autores Lyu & Gill (2011) realizaron un estudio con una muestra de 546 estudiantes, con el objetivo de valorar la percepción de competencia, disfrute y esfuerzo en las clases de Educación Física. Este estudio se realizó comparando el género y el ambiente de clase. Los resultados demostraron que las chicas se adaptan mejor que los chicos respecto a las tres variables: percepción de competencia, esfuerzo y disfrute.

Por otro lado, están los climas motivacionales (Ames, 1992), conformados por todo el conjunto de señales sociales, contextuales percibidas en el entorno y que son transmitidas a los alumnos por padres, profesores, familiares, amigos, definiendo las claves del éxito (Ames, 1992, Nicholls 1989). Estos climas se denominan: Clima implicante al ego o a la tarea (Escartí, Roberts, Cervelló & Guzmán 1999) o clima de competitivo o de maestría (Ames 1992; Nicholls 1989). En el clima implicante a la tarea o de maestría se le da más importancia al proceso, al esfuerzo a la superación personal. En cambio en el clima implicante al ego o clima competitivo se promueve más la competición interpersonal y se evalúa a los alumnos estableciéndose criterios de comparación (Theodosiou, 2008).

Los centros educativos constituyen entornos donde se transmiten diferentes climas motivacionales que influyen en la orientación de meta del alumnado en función de la concepción del éxito que tengamos (Baena-extremera, Granero-Gallegos, Gómez-lópez, Abrales & Gómez-lópez, 2014). Uno de los factores que debe tener presente el profesor a la hora de mejorar la motivación en las clases de Educación Física es el clima motivacional que transmite a sus alumnos, ya que a veces condiciona la orientación motivacional de los mismos, influyendo de manera determinante en la implicación. Un ejemplo claro de ello se muestra en el estudio realizado por Baena-extremera et al.(2014) en el que se pretende analizar las diferencias en función del sexo y la edad respecto al clima motivacional que perciben los alumnos y las orientaciones de meta. Para ello, utilizaron una muestra de 846 estudiantes de secundaria con edades comprendidas entre los 12 y 19 años. Podemos constatar a través de los resultados que existe una relación clara entre el clima percibido y las orientaciones de meta y del mismo modo que la orientación varía en función del sexo. Las chicas en este estudio se encontraron más orientadas al ego y percibían en mayor medida un clima implicante al rendimiento que los chicos. Por último, conforme avanzan en edad los alumnos se encuentran menos orientados a la tarea y menos orientados a un clima aprendizaje. Por lo que tenemos que tener en cuenta estos factores, cuidar el clima motivacional que fomentamos en clase, ya que como queda reflejado en esta investigación, este tipo de alumnos, con este tipo de orientaciones tendrá valoraciones negativas de las clases de Educación Física.

En esta misma línea, aunque con resultado opuesto, nos encontramos con el estudio realizado por Cuevas, García-Calvo & Contreras (2013) con una

muestra de 390 estudiantes de secundaria y en el que quedó demostrado cómo las chicas se orientan más a la tarea y perciben un clima motivacional también orientado a la tarea. Del mismo modo, en la investigación se demostró cómo los perfiles con altas metas de logro y los de altas metas de aproximación y maestría perciben más un clima orientado a la tarea. Este aspecto debería tenerse en cuenta dentro del ámbito pedagógico a fin de resolver la falta de motivación y mejorar las experiencias del alumnado.

Cuando se consigue en clase niveles un clima orientado a la tarea por encima del clima ego los alumnos muestran mayor diversión, satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y una mayor motivación autodeterminada tal y como se demostró en el estudio de (Abarca-sos et al. 2014).

El clima motivacional implicante a la tarea favorece la percepción de competencia y el disfrute de los alumnos en las clases de Educación Física así como la motivación intrínseca (Gråstén, Jaakkola, Liukkonen, Watt & Yli-Piipari, 2012). Relacionado con la investigación de estos autores encontramos el estudio realizado por Flórez, Salguero, Molinero & Márquez (2011) en el que se sometieron a estudio a 3149 alumnos para comprobar si el clima motivacional y habilidad percibida, variaba en función del género y tipo de colegio, demostrándose que prevalece la percepción de un clima motivacional orientado a la tarea, más en los chicos que en las chicas, y que los chicos de colegios públicos, perciben este tipo de clima más que aquellos que acuden a colegios privados. Lo mismo ocurre con la habilidad percibida. A colación de los datos expuestos López, Álvarez, Pérez-Tejero & Molinuevo (2013) llegaron a la misma conclusión, los chicos perciben más que las chicas un clima motivacional orientado a la tarea siendo éstas las que se encuentran más

orientadas al ego y perciben mayores niveles de ansiedad. En lo referente al tipo de centro, demostraron al igual que en el estudio anterior, que los varones de centros públicos estaban más orientados a la tarea que aquellos pertenecientes a centro privados. Al contrario que los resultados obtenidos por el estudio de Ruiz-Juan & Piéron (2013) donde el alumnado mostraba una orientación a la tarea, sin embargo, los chicos lo estaban más al ego que las chicas. En lo que respecta a la edad no encontraron diferencias significativas.

La orientación a la tarea es la que más influye en la percepción de competencia y ésta a su vez repercute en el nivel de satisfacción y diversión afectando la concepción del alumnado hacia nuestra asignatura (Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Gomez-Lopez & Abrales, 2014). Sin embargo, los alumnos que se aburren en las clases Educación Física muestran indiferencia hacia la asignatura, éstos poseen una baja percepción del clima al aprendizaje, de orientación a la tarea (Granero-Gallegos, Gómez-López, Baena-Extremera, Bracho-Amador, & Pérez-Quero, 2015) como ya demostró anteriormente Ishii & Osaka (2010) que aquellos alumnos que tenían una motivación orientada a la tarea se mostraban más satisfechos con las clases y padecían menos estrés. En cambio, aquellos cuyo nivel de competencia era bajo, tenían una motivación orientada al ego, padecían mayores niveles de estrés y además se sentían menos satisfechos en las clases de Educación Física.

En determinadas ocasiones los contextos, ambientes sociales en los que se mueve el alumnado van a condicionar el éxito o fracaso de estas necesidades, (Moreno Murcia, González-Cutre & Chillón, 2009).

La figura del profesor de EF y su manera de actuar y transmitir son fundamentales, resultando ser unos de los más importantes modificadores del clima motivacional en el que interactúan los alumnos (Granero-gallegos & Baena-extremera, 2014). La percepción de un clima orientado a la tarea por parte del alumnado en las clases de Educación Física fomenta el interés y la diversión aumentando la percepción de competencia y reduciendo aspectos negativos y poco deseables como la tensión, lo que repercute directamente en la motivación intrínseca. Es por tanto este factor importante, el que debe potenciar el profesor en sus clases, motivando a sus alumnos a progresar pero partiendo de su nivel inicial (auto-progreso) cediéndoles autonomía, dándoles posibilidad a todos de tener éxito, independientemente de su nivel de habilidad (Guti, 2014). La percepción de un determinado clima va a influir, sin duda, en la motivación de los alumnos y en sus posibles cambios, sobre todo en las clases de Educación física, el ambiente percibido y el comportamiento del profesor pueden hacer que la motivación baje (Niederkofler, Herrmann, Seiler & Gerlach, 2015). Es de vital importancia que los profesores transmitan a sus alumnos un clima motivacional orientado a la tarea para favorecer la motivación en las clases de educación Física (Tomás et al. 2014).

Por otra parte, la teoría de la autodeterminación Ryan & Deci (2002) indica que el grado de voluntariedad o motivación para llevar a cabo una acción se basa en un continuo con diferentes niveles, donde pueden aparecer diversos tipos de motivación.

1. Motivación intrínseca: necesidad de realizar una actividad por su interés propio.

2. Motivación extrínseca, con diferentes niveles: regulación integrada, es el nivel más alto de determinación dentro de la motivación. Regulación identificada, el alumno realiza una actividad que aunque en principio no es interesante para él si le resulta importante para el logro de algo. Regulación introyectada, el alumno realiza la actividad sometido a presiones o para conseguir sentimientos de autoestima o logro. Regulación externa, el alumno realiza la actividad porque le supone un medio para otras finalidades (Ryan & Deci, 2002).
3. Desmotivación: Supone el nivel más bajo de determinación. Los alumnos desmotivados no entienden el porqué dar la clase, se muestran incompetentes y sin control.

El estudio de Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes & Martínez-Molina (2014) que investigó a 758 alumnos de secundaria con el objetivo de analizar los perfiles motivacionales y la inclusión de apoyo a la autonomía se demostró que los alumnos tenían una alta motivación intrínseca en las clases de Educación Física. Los chicos son los que se encontraban más motivados intrínsecamente mostrando actitudes más positivas de diversión y compromiso. Según Moreno, Coll & Ruiz (2009) existe transferencia positiva entre autonomía, percepción de competencia y motivación. Por lo tanto, la teoría de la autodeterminación influye de forma positiva en la motivación y en la importancia que los alumnos dan a las clases de Educación Física.

En este mismo sentido, mantener un buen clima motivacional en el aula, donde el profesor cede responsabilidad y autonomía al alumnado, ayuda a que éstos se esfuercen más en las clases de Educación Física, se encuentren motivados intrínsecamente.

Por otro lado, encontramos el estudio de Granero-gallegos & Baena-extremera (2014) que valora qué peso tienen las orientaciones y climas motivacionales a la hora de conseguir una motivación autodeterminada. Un total de 1298 alumnos participaron en el estudio, demostrando que la mayoría del alumnado se encuentra orientada a la tarea y percibe un clima aprendizaje, el alumnado está motivado intrínsecamente, sin embargo, para llegar a la autodeterminación chicos y chicas eligen caminos diferentes; los chicos perciben el clima rendimiento, mientras que las chicas el clima aprendizaje. También se demostró que aquellos con un perfil autodeterminado eran los que más valoraban y más importancia daban a la Educación Física. En este sentido, Granero-Gallegos et al.(2015) consideran que las chicas poseen un perfil más autodeterminado que los chicos.

La motivación está a su vez influenciada por, tres necesidades psicológicas básicas: La autonomía, cuando el alumno percibe que es capaz de elegir por si mismo sus acciones; La percepción de competencia, cuando el alumno percibe que es eficaz, que domina la tarea y, por último, la relación con los demás, cuando el alumno percibe que es capaz de relacionarse con los demás de forma positiva sintiéndose integrado dentro de un grupo (Ryan & Deci, 2002). Cuando cumplimos con estas tres necesidades, encontramos a alumnos con los perfiles más autodeterminados, capaces de divertirse más, de concentrarse más, de tener más persistencia y al contrario, la falta de satisfacción de las mismas hace que encontremos a alumnos con una motivación menos autodeterminada y con síntomas de aburrimiento, desinterés, etc. (Vallerand, 2007).

Se ha comprobado en estudios anteriores que las necesidades psicológicas básicas deben ser satisfechas para determinar una mayor motivación intrínseca en el área de Educación Física. Los chicos tienen mayor percepción autonomía y competencia que las chicas y precisamente en este estudio se ha observado que están más satisfechas entre los alumnos de primaria que entre los de secundaria.

A nivel pedagógico se aconseja al profesorado con el objetivo de aumentar la motivación, dejar mayor autonomía al alumnado, provocar situaciones en las que el estudiante se sienta competente y fomentar tareas que impliquen relación con los demás (Rijo & Moreno, 2014)

En este mismo sentido el estudio de los autores Méndez-Giménez, Cecchini, Fernández-Río & González (2012) concluye que aquellos alumnos que mantienen satisfechas las necesidades psicológicas básicas se encuentran motivados intrínsecamente, lo que, a su vez ,repercute el esfuerzo y la intención de práctica frente al aburrimiento (Méndez-giménez, Fernández-río & Cecchini-estrada 2013). Las necesidades psicológicas básicas y ,sobre todo, la autonomía en las clases y la percepción de competencia están relacionadas con la diversión del alumnado, disminuyendo así el aburrimiento y la desmotivación (Gómez-Rijo, 2013).

En la misma línea, un estudio de Sas-Nowosielski (2009) trató de determinar si la percepción de competencia, autonomía y relación influían de forma determinante en la participación de los alumnos en las clases de Educación Física. El resultado fue que la percepción de competencia y la relación parecen ser los dos factores más determinantes. Del mismo modo, se comprobó que la

motivación intrínseca repercute positivamente en la participación de los alumnos mientras que la motivación extrínseca lo hace de manera negativa.

La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas favorece la consecución de una motivación autodeterminada en las clases de Educación Física (Abarca-sos et al. 2014). Los alumnos y alumnas deben estar motivados, y es por ello que diversas investigaciones se centren en el estudio de aquellos condicionantes que puedan influir en el comportamiento e implicación de los mismos. En el estudio de Baena-extremera et al. (2013) participaron 758 alumnos de educación secundaria obligatoria centrándose en la cesión de autonomía, es decir, la delegación de responsabilidades en los alumnos respecto a su propio aprendizaje con el objetivo de aumentar la motivación intrínseca. Se ha comprobado que este tipo de intervención favorece la motivación (Ntoumanis, 2005); el apoyo a la autonomía predice favorablemente la motivación (Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes & Martínez-Molina, 2014). En esta misma línea, se encuentra el estudio realizado por Giménez, Fernández-Río & Estrada (2013) sobre una muestra formada por 246 estudiantes de enseñanza secundaria en el que se demuestra que otorgar un papel importante al alumno implica mayor percepción de autonomía y que ello favorece la adopción de un clima inclusivo aumentando el sentimiento de eficacia, progreso y confianza. Todo ello contribuye a potenciar el placer intrínseco en las clases de Educación Física. Mantener un buen clima motivacional en el aula, donde el profesor cede responsabilidad y autonomía al alumnado ayuda a que éstos se esfuercen más en las clases de Educación Física se encuentren motivados intrínsecamente (Moreno-Murcia, Gimeno, Carretero, Lacárcel & Calvo, 2012). La motivación intrínseca predice la

participación en las clases de Educación Física, es por ello que los profesores deberían fomentar un adecuado clima en sus clases, comportamientos cooperativos y cesión de autonomía con vistas a mantener tal propósito (Ning, Pope, Gao & Ph, 2015).

Sin embargo, este placer, diversión por nuestra asignatura parece que no se mantiene a lo largo de la etapa de Secundaria Obligatoria y tampoco se cuantifica de la misma manera si se trata de chicos o chicas. Un estudio de Gómez-Mármol (2013) llevado a cabo por un total de 153 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria, demuestra que los alumnos de mayor edad dejan de percibir como divertidas las clases de Educación Física, este sentimiento aumenta en las chicas debido a una percepción de aumento de intensidad en las mismas. En este mismo sentido encontramos el artículo de Granero-Gallegos et al. (2014) demostrando que los chicos valoran positivamente la asignatura y piensan que es una asignatura divertida, son los que participan más, se divierten más y los que más importancia le conceden a la Educación Física. La desmotivación se correlaciona con el aburrimiento y aunque son pocos los alumnos desmotivados, precisamente son éstos últimos los que menos intención de práctica futura tienen. Así pues, y a pesar de que la Educación física suele ser una asignatura que les gusta a los alumnos, los niveles de implicación no son muy positivos situación que se agrava conforme avanza en edad el alumnado y que se acentúa más en el género femenino que masculino (Calderón et al. 2013). Para intentar mejorar esta perspectiva, este estudio se centra en el modelo pedagógico basado en la Educación deportiva preocupado en hacer que los alumnos sean competentes, con una cultura deportiva y con entusiasmo hacia la práctica deportiva. su intervención se llevó

a cabo sobre un grupo de estudiantes de 3º de ESO y se demostró que a través de este modelo pedagógico mejoró la motivación hacia la práctica y la actitud de los alumnos hacia la clase de Educación Física.

Por todo lo expuesto debemos terminar reflexionando, sobre el papel que desarrollamos como profesores en nuestra asignatura; debemos motivar desde el primer momento al alumnado, ya que como hemos podido comprobar, revisando los estudios anteriormente detallados, un alumno, motivado se va a mostrar competente y participativo en nuestras clases, consiguiendo de esta forma logros impensables si el alumnado no se implica en nuestra actividad diaria.

2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

Está demostrado que la inactividad y el ocio sedentario están directamente relacionados con la aparición de enfermedades, incremento de la obesidad y otros problemas de salud. En nuestro país cuatro de cada 10 personas (40,9%) se declaraba sedentaria (no realizaba actividad física alguna en su tiempo libre), uno de cada tres hombres (35,3%) y casi una de cada dos mujeres (46,2%). El porcentaje de sedentarismo de los jóvenes de entre 15 y 24 años es del 35,2% en los chicos y 49,5% en las chicas (España, 2012).

Es por ello que a través de los centros escolares debemos promocionar un estilo de vida saludable, siendo el profesor el uno de los principales responsables y por tanto un agente facilitador y promotor de este estilo de vida (Abarca-sos et al. 2015). Así desde edades tempranas, los alumnos y alumnas serán conocedores de los aspectos beneficiosos para la salud que otorga la

actividad física y de esta forma pueda constituirse en un elemento que influya en la implicación del alumnado desde la adolescencia.

Según (Ministerio de Sanidad y Consumo & Ministerio de Educación y Ciencia, 2006) la actividad física provoca beneficios múltiples en la salud de los niños y adolescentes: prevención de la obesidad, reducción de factores de riesgo relativos a enfermedades cardiovasculares. Diabetes de tipo 2. Hipertensión. Hipercolesterolemia. Mejora de la salud mental y del bienestar psicológico a través de: La reducción de la ansiedad y el estrés. La reducción de la depresión. La mejora de la autoestima. La mejora de la función cognitiva. Mejora de las interacciones sociales.

Si comparamos a los jóvenes inactivos, con aquellos que hacen ejercicio podemos comprobar que presentan un mejor estado cardiorrespiratorio y mayor resistencia muscular, y una mejora de su salud, al mismo tiempo está demostrado que presentan menor grasa corporal, un perfil de riesgo de enfermedad cardiovascular y metabólica más favorable, una mejor salud ósea, y una menor presencia de síntomas de ansiedad y depresión (Organization, 2010).

En este mismo sentido, Ahrabi-Fard & Matvienko(2005) manifiestan que desde el área de Educación Física se espera que le contribuya al desarrollo de estilos saludables en el alumnado y promueva estilos de vida activo. Sin embargo, este requerimiento es difícil cumplirlo por multitud de factores entre los que destaca la falta de tiempo, de recursos y de apoyo curricular y administrativo. La falta de ejercicio está provocando un incremento de la obesidad y otros problemas de salud relacionados como las enfermedades de

riesgo cardiovascular. El sedentarismo está asociado al riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares en adolescentes, especialmente en los adolescentes obesos. Entre los factores de riesgo, la adiposidad abdominal parece ser más importante en el desarrollo este tipo de enfermedad que la adiposidad general (Martínez-Gómez et al. 2010). Son los profesores de Educación Física los que tienen la obligación de convertirse en responsables del cumplimiento de esta premisa, favoreciendo la implicación en el desarrollo de sus clases, dejando patente los beneficios de la actividad física en la salud presente y futura de su alumnado.

Son muchos los beneficios que conlleva hacer actividad física de forma rutinaria. Los alumnos que realizan mayor actividad física son menos propensos a padecer obesidad (Silva, Mourão-Carvalho & Libório 2008), evita sedentarismo (Muñoz, 2005), evita problemas de alimentación (Muñoz, 2005), evita consumo tabaco, de alcohol, de drogas (Ruiz-Risueño & Ruiz-Juan, 2015; Cámara, García & Latorre 2014; Gil, González, Vicedo & Fernández, 2010; Silva, 2008; Rodríguez, López, López Miñarro & García, 2014), ayuda a mejorar los problemas de ansiedad (Oeland, Laessoe, Olesen & Munk, 2010) y de depresión (Oeland, Laessoe, Olesen y Munk, 2010; Prasad, St-Hilaire, Wong, Peterson & Loftin 2009) y es por ello resulta de vital importancia mantener un nivel adecuado de implicación en las clases de Educación Física por parte de nuestros alumnos con el fin de evitar este tipo de hábitos. Los resultados obtenidos muestran que las conductas no saludables de los alumnos y alumnas no sólo están relacionadas entre sí, sino también con el bienestar personal y escolar (Vega, Aramendi, Buján & Garín, 2014)

La pérdida de este estilo de vida hace que en nuestra sociedad se vayan acumulando serios problemas en la salud pública como consecuencia de la obesidad, el alcohol, tabaco, drogas o la misma inactividad física. Los resultados obtenidos en el estudio de (Gil, González, Vicedo & Fernández, 2010) parecen apoyar la idea de que la práctica deportiva previene las conductas de consumo de tabaco y alcohol y drogas, a la vez, dicha actividad física ayuda a mantener conductas de salud, lo que repercutirá directamente en la reducción del hábito de fumar y en el descenso del consumo de sustancias nocivas.

Parece importante que se vayan inculcando desde edad temprana hábitos de ocio activo, para que una vez entrada en la adolescencia éstos queden definitivamente consolidados, desterrando todo comportamiento que invite al sedentarismo. La cuestión es, ¿existe conocimiento por parte de los jóvenes, de los efectos beneficiosos que puede aportar la actividad física sobre su salud? y si este conocimiento, ¿podría influir de forma positiva en la implicación de los adolescentes en las clases de Educación Física?. ¿De qué forma percibe el alumnado la relación entre nuestra asignatura y el aumento de la salud, en qué medida puede ayudar a la incorporación de hábitos saludables de manera permanente?. En el estudio de Martins, Marques & Carreiro (2015) se demostró que los alumnos intervinientes en su estudio tenían unos conocimientos muy generales sobre la actividad física y la salud.

Está más que demostrado que la práctica de actividad física de forma regular y con una intensidad moderada, repercute beneficiosamente sobre la salud de los participantes y por tanto en su calidad de vida. En la investigación realizada por los autores Tassitano, Barros, Tenório, Bezerra, Florindo & Reis

(2010) se demostró que, altos niveles de participación en las clases de Educación Física, provocan directamente comportamientos saludables en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria, relacionados con aspectos como la alimentación. Además, sirvió también para contrarrestar hábitos poco recomendables desde el punto de vista saludable, como el sedentarismo, provocado por aspectos como el ver la televisión durante largo espacio de tiempo. Al estudiar la relación entre una alta implicación en las clases de Educación Física y los efectos positivos sobre la salud, destaca el factor preventivo que se le atribuye nuestra asignatura sobre ciertos aspectos, destacando especialmente el sobrepeso, la obesidad. La prevalencia de obesidad infantil (2 a 17 años), se ha mantenido relativamente estable desde 1987. Un 27,8% de esta población padecía obesidad o sobrepeso. De cada 10 niños uno tenía obesidad y dos sobrepeso, con proporción similar en ambos sexos. No había diferencias sustanciales respecto a 2006 (España, 2012),

En un estudio de Muñoz (2005) se deja patente cómo la obesidad se va constituyendo como una verdadera epidemia en el siglo XX y con especial trascendencia en la población infantil y adolescente, ya que los adolescentes con sobrepeso tienen un 70% de probabilidades de llegar a ser adultos con sobrepeso, incrementándose este porcentaje en un 80% si alguno de los padres es obeso o tiene sobrepeso. “Los malos hábitos de alimentación y un estilo de vida sedentaria son los principales factores responsables” (p. 181). El autor muestra su preocupación por las dimensiones que la obesidad está tomando en nuestro país: “en Europa, los índices de niños con sobrepeso se están elevando de una manera alarmante, sobre todo en los países del sur. Nuestro país presenta una de las cifras más altas” (p. 184) ...“así en los niños

españoles de 10 años la prevalencia de obesidad es sólo superada en Europa por los niños de Italia, Malta y Grecia” (p. 184). Por otro lado, apunta cómo la actividad física es un factor que repercute positivamente en la prevención de la obesidad “la prevalencia de la obesidad entre los chicos y las chicas que no practicaban ningún deporte habitualmente fue más elevada en comparación con los chicos que practicaban actividades deportivas tres veces a la semana” (p. 186). Dentro de los factores relacionados directamente con la actividad física, el deporte, señala como principales causantes de la obesidad en los países desarrollados los siguientes: falta de facilidades en los colegios, pocas áreas de juego en las ciudades, ampliación de los entretenimientos pasivos disponibles, calles inseguras, pocos carriles para bicicleta.

Según el informe anual del Sistema Nacional de Salud, (España, 2012), el hábito de consumo de tabaco en los jóvenes entre 15 y 24 años afectaba al 21,7%, sin gran diferencia por sexo (22,5% de los hombres frente al 21,0% de las mujeres). La edad media de inicio del consumo de tabaco entre los fumadores diarios era de 17,2 años, ligeramente más tardía en mujeres que en hombres. La edad media de inicio en el consumo de alcohol fue de 18,9 años. La droga consumida con mayor frecuencia entre la población adolescente es el cannabis, un 33% de ellos manifestaron haberla consumido alguna vez.

La búsqueda de sensaciones es un factor que induce a los adolescentes a iniciarse en el consumo temprano de sustancias como el alcohol y el tabaco así se demuestra en el estudio de Cámara, García & Latorre (2014) donde 272 escolares de educación secundaria reconocieron ser consumidores de estas sustancias nocivas para la salud. Concretamente el 76% de los niños y el 75.4% de las niñas se declaran bebedores de alcohol, el 36.2% de los chicos y

el 42.3% de las chicas fuman. La edad es un factor de riesgo de tabaquismo y consumo de alcohol; por el contrario, el sexo no es en este estudio un factor predictivo.

En esta misma línea se encuentra la investigación de Ruiz-Risueño & Ruiz-Juan (2015) donde se demuestra que las chicas fuman con mayor frecuencia sin embargo, son los jóvenes varones los que lo hacen en mayor cantidad. Conforme aumenta la edad de los sujetos también lo hace el número de jóvenes que se declaran fumadores.

Otro artículo de Silva (2008) realizado con alumnos y alumnas de segundo y tercero de Enseñanza Secundaria de Vila Real., concretamente 376 jóvenes de entre 16 y 20 años. El 34,8% reconocía consumir alcohol, el 20% fumaba y el 22% reconocía haber tenido alguna experiencia con las drogas. Los resultados demostraron que los jóvenes que realizaban una menor práctica física reconocían beber más que aquellos que realizaban mayor número de actividades. Se demostró que la tendencia de los jóvenes que sólo realizaban actividad física escolar, respecto a los otros que le añadían a su tiempo alguna actividad extraescolar deportiva, presentaban una mayor tendencia a la obesidad y al consumo de bebidas alcohólicas. Por lo tanto, con estos datos es una obligación para el profesorado hacia sus alumnos y alumnas que se impliquen cada día más en la práctica rutinaria de actividad física y por extensión también en las clases de Educación Física.

El estudio de Munive (2011) se llevó a cabo con la intención de comparar a chicos de centros públicos y privados de la ciudad de Santa Marta con una muestra de 2039 mujeres y 1536 varones, con una edad promedio de 17.5

años. En el mismo se concluye que existen diferencias en los comportamientos relacionados con la salud en estudiantes de colegios públicos y privados de la ciudad, siendo los estudiantes de colegios públicos, independiente del género, quienes presentan mayores comportamientos de riesgo para la salud. Se encontraron diferencias en el consumo de alcohol las chicas de colegios privado beben más que las que pertenecen a centros, colegios privados (72.6%), instituciones públicas (47.6%). En cuanto a los chicos, se concluyo que aquellos que pertenecían a centros privados consumían más que quienes estudian en colegios privados (80.5%) contra 68.4% de los varones estudiantes de colegios públicos. Similares datos, aunque en mucho menor porcentaje, se encontraron en el consumo de marihuana y cocaína, siempre mayor en quienes estudian en colegios privados. No obstante, estos datos no fueron estadísticamente significativos. Los jóvenes a pesar de estar informados no perciben el riesgo como algo cercano, o se perciben como sujetos invulnerables y por tanto realizan conductas poco saludables que pueden afectar la salud a mediano o largo plazo.

La actividad física contribuye a la prevención de hábitos nocivos como el consumo de alcohol, tabaco y drogas. Según el estudio de Urturi (2014) realizado sobre una muestra de 2412 alumnos de entre 13 y 14 años, la edad media de inicio del consumo de alcohol y tabaco se situó entre los 13 y los 14 años, y de drogas ilegales, entre los 15 y los 16 años.

El hecho de ser sedentario parece aumentar la probabilidad de consumir más tabaco. Dicho de otra manera más positiva el, hecho de realizar práctica de actividad física reduce significativamente la posibilidad de consumir tabaco. Es por ello que una mayor implicación en las clases de Educación Física y por

extensión un mayor compromiso con un estilo de vida activo ayudará a que estos hábitos nocivos para la salud se reduzcan. Este hecho ha quedado demostrado en varias investigaciones(Rodríguez, López, López Miñarro & García, 2014).

Los deportistas consumen menos alcohol y tabaco (Cámara, Pérez, García & Latorre, 2014). En esta misma línea se encuentran estudios anteriores como el Rodríguez, De Abajo & Márquez (2004) “existe una tendencia a la disminución del consumo de tabaco y alcohol con el incremento en el tiempo de dedicación a la práctica deportiva” (p. 46). De su estudio, se obtienen datos interesantes. Por ejemplo, es a la edad de 13 años cuando los jóvenes se inician en el consumo del tabaco y que las chicas son más proclives a ello respecto a los chicos. En cuanto al alcohol no existen diferencias de género. El consumo de cannabis comienza a los 14 años, mientras que comienza a aparecer el consumo de otras sustancias como la ingesta de pastillas alucinógenas.

Al contrario de lo expuesto hasta ahora nos encontramos con el estudio de Vergara, Elzel, Ramírez, Castro-López & Cachón (2015) donde se evidencia que la mayoría de los participantes en su investigación no fumaba, concluyendo que solo el 3,2% de los encuestados fuma más de 10 cigarrillos al día, el 0,5% de 5 a 10 cigarrillos al día, el 2,8% menos de 5 cigarrillos al día, el 16,5% alguna vez, ocasionalmente y el 77,1% nunca.

La actividad física también parece ser un factor que ayuda a recuperar la salud mental y reducir los niveles de depresión y/o ansiedad. Diferentes estudios demuestran una asociación sólida entre la depresión, la actividad en

los adolescentes, reduciendo los síntomas. Los resultados del estudio de McKercher, Sanderson, Schmidt, Otahal, Patton, Dwyer & Venn (2014) indican un efecto beneficioso de la actividad física sobre la depresión. Estableciendo comparaciones los varones inactivos, tenían un 69% y un 65% menor riesgo de depresión en la edad adulta, las chicas un 51% menor riesgo. Sin embargo, sólo el 30% de los adolescentes y el 10% de los adultos realizan actividad física suficiente para facilitar física adecuada, el desarrollo psicológico / mental y emocional (Wojtyła-Buciora, Stawińska-Witoszyńska, Wojtyła, Klimberg, Wojtyła, Wojtyła & Marcinkowski, 2014)

En esta misma línea de trabajo encontramos el estudio de Iriarte, Pérez, Zaera, Charlo & Sanz(2011) el objetivo del mismo consistía en analizar el conocimiento existente sobre el efecto de la actividad física en la salud mental, demostrándose que la práctica regular de ejercicio físico presenta beneficios físicos y psicológicos que resultan positivos para la salud mental y la calidad de vida del ser humano, de hecho el ejercicio físico tiene relación con la disminución de la ansiedad y de protección frente a la depresión.

Por otro lado el trabajo de la capacidad cardiorrespiratoria puede ser una estrategia importante para la prevención de la depresión en los adolescentes que aborden de forma más directa el tratamiento de los síntomas (Ruggero, Petrie, Sheinbein, Greenleaf & Martin, 2015).

El estudio de Suchert, Hanewinkel & Isensee (2015) trató los efectos de la conducta sedentaria sobre el bienestar mental en una muestra total de 1.296 estudiantes de edades comprendidas entre 12-17, llegándose a demostrar una asociación inversa entre el comportamiento sedentario y el bienestar mental.

Los síntomas de la ansiedad/depresión son más moderados por la actividad física. Por lo tanto, los esfuerzos de prevención y tratamiento podrían estar dirigidas a aumentar la actividad física en jóvenes vulnerables y con predisposición a sufrir estas enfermedades (Ranøyen, Stenseng, Klöckner, Wallander & Jozefiak, (2015).

En esta misma línea encontramos el estudio de McPhie & Rawana (2015) en el que se examinó la influencia de la actividad física sobre la depresión desde la adolescencia hasta la edad adulta. Los niveles más altos de actividad física en la adolescencia se relacionaron con menores niveles de depresión. Los chicos tenían niveles más bajos de depresión que las chicas. Así pues se demuestra el beneficio que provoca la actividad física y por tanto la necesidad de incluirla dentro de los programas de prevención de la salud mental y la depresión. Cuando los parámetros de actividad física aumentan significativamente los síntomas depresivos disminuyen, especialmente en sujetos sanos (Wielopolski, Reich, Clepce, Fischer, Sperling, Kornhuber & Thuerauf, 2015)

De hecho este tipo de personas suelen disminuir su nivel de actividad física. El artículo de Oeland, Laessoe, Olesen & Munk (2010) demostró cómo un programa de intervención física estructurado y supervisado que los pacientes con este tipo de tratamientos pueden mitigar los casos de depresión y ansiedad.

Otros autores como Prasad, St-Hilaire, Wong, Peterson & Loftin (2009) atribuyeron a la práctica de actividad física otros efectos saludables desde el punto de vista mental. Concretamente, en su estudio se trató de comprobar en

qué medida la práctica de actividad física contribuiría a reducir los niveles de depresión en jóvenes. El resultado demostró que la práctica física y concretamente el ejercicio vigoroso, disminuyen los síntomas depresivos.

En esta misma línea encontramos el trabajo realizado por Redondo (2008) sobre 2276 chicas de la ciudad de Murcia, donde se refleja como aquellas que practican actividad física con mayor frecuencia tienen unos niveles inferiores en ansiedad y depresión. Aquellas que practican actividad con una intensidad baja mantienen niveles más altos de ansiedad. Y, como aquellas a las que le resulta agradable la práctica de ejercicio físico, manifiesta niveles menores de ansiedad, que las chicas del grupo que no le resulta especialmente agradable.

Un estudio realizado por Piéron (2008) llevado a cabo sobre 3249 alumnos y alumnas de Enseñanza Secundaria Obligatoria, nos muestra cómo las clases de Educación Física pueden desempeñar un rol de estilo de vida saludable y activa en el alumnado. Los sujetos activos, valoran más positivamente nuestra asignatura también, a medida que van avanzando de edad este buen concepto va disminuyendo, siendo las opiniones desfavorables más numerosas que las positivas. Así, se concluye con expectativas poco alentadoras cuando tratamos de establecer conexiones entre la Educación Física y el establecimiento de un estilo de vida activo.

En esta línea el estudio de Hallal, Azevedo & Wells (2006) muestra cómo la práctica de actividad física en la adolescencia, puede ayudar a que se establezcan estilos de vida saludables en la edad adulta. La práctica de actividad física en la adolescencia predice hábitos activos en la edad adulta. La

actividad física en la adolescencia proporcionaba beneficios a corto plazo, sobre todo en lo referente a salud de los huesos y salud mental.

Autores como Huertas, Martínez, Tercedor & Delgado (2010) analizan los aspectos que deben tenerse en cuenta desde una perspectiva educativa para fomentar hábitos relacionados con la salud. En dicho artículo se ofrecen orientaciones didácticas para desarrollar hábitos saludables, entre las que destacan: tomar una posición del aprendizaje desde un punto de vista constructivista, fomentar el espíritu crítico y participación activa, hacer interaccionar el aprendizaje con el entorno y la comunidad educativa y fomentar la autonomía, del alumnado, capacidad investigadora y predominio de contenidos actitudinales. Por último, se ofrecen una serie de “alternativas de tipo didáctico” para fomentar en el alumnado una Educación Física para la salud. Entre ellas destacan, la realización de efemérides, campañas acordes a un tema relacionado con la salud, elaboración de revistas, desarrollo de talleres, de unidades didácticas etcétera.

La necesidad por parte del profesorado de replantear la dinámica de actuaciones en clase, animándose a intervenir de forma comprometida, a establecer relaciones positivas entre actividad física, implicación y salud en un futuro inmediato y a largo plazo, han llevado a autores y organismos a tomar medidas conscientes de la situación que anteriormente hemos comentado, a fin de paliar todas las repercusiones negativas que tiene para la salud el sedentarismo, la falta de actividad física. En el año 2005 se puso en marcha la Estrategia NAOS (Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) desde el Ministerio de Sanidad y Consumo, a través de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), el objetivo

fue sensibilizar a la población del problema que la obesidad representa para la salud, e impulsar iniciativas que contribuyan a que niños y jóvenes, adopten hábitos de vida saludables, principalmente a través de una alimentación saludable y de la práctica regular de actividad física (Consumo, 2005). Posteriormente otros programas y estudios han servido como guía y control de estos hábitos saludables como el Programa Perseo y estudio Aladino enfocados en alumnos de primaria.

Estos programas que sirven para formar estilos de vida saludables desde el terreno de la actividad física. En el estudio de Ahrabi-Fard & Matvienko (2005) se defiende la necesidad de llevar a cabo programas que desarrollen hábitos de educación activa. Para estos autores, educación activa se define como: “ la implicación de los alumnos en al menos dos horas de práctica físicamente activas en el marco de los colegios” (p. 165). Para conseguir tal propósito sin interferir demasiado en el currículo, se proponen ciertas recomendaciones para el alumnado: un cambio de rol para el profesor de Educación Física (donde debe dejar de ser un simple transmisor de contenidos explícitos del currículo y defender más un estilo de vida activa, dando cabida a los hábitos saludables entre sus prioridades, con consecuencias positivas en la educación activa y la calidad de vida) y la propia asignatura,

La Educación Física debería ser vista como una capacitación, un programa formativo que ayude a los alumnos a ganar percepción, capacitación y deseo de perseguir experiencias físicamente activas para el beneficio de su salud fuera de los programas de educación física” (Ahrabi y Oksana, 2005. p.166).

Pérez, Delgado & Rivera (2009) muestran en su estudio, cómo desde un planteamiento diferente del programa se pueden desarrollar hábitos de actividad física saludable mediante la aplicación de un juego de rol. Los resultados que obtuvieron con este novedoso programa, evidenciaron una mejora significativa respecto a los que obtuvieron al inicio del mismo, sobre todo en contenidos referentes al calentamiento y vuelta a la calma.

Otro programa desarrollado por los autores Ardoy, Fernández, Chillón, Artero, España, Jiménez, Ruiz, Guirado, Castillo & Ortega (2010), denominado “EDUFIT” (educación para el fitness), sobre una muestra de 67 estudiantes de Enseñanza Secundaria, se basa en desarrollar en los estudiantes la condición física a través de la implantación de distintos programas con diferentes metodologías y ver qué relación tenían con la adhesión/abandono al estudio. Los resultados no fueron significativos en lo referente a adhesión/abandono al estudio, pero resulta interesante el planteamiento de utilizar diferentes metodologías, programas que inciten a los alumnos y alumnas a participar más.

Por último, el programa de intervención desde la Educación Física y diseñado por los autores Pérez & Delgado (2007) utilizando una metodología activa y eminentemente reflexiva, con la utilización de recursos novedosos o poco habituales en la práctica de nuestras clases, tales como: trípticos, cuaderno de bitácora, foros, debates mediante correo electrónico en Internet. Este programa pretendía mejorar los conocimientos, la forma de actuar a nivel procedimental y la adquisición de valores, actitudes todo relacionado con la salud. Los resultados fueron altamente significativos, adquiriendo el grupo experimental resultados más satisfactorios en los conceptos, procedimientos y actitudes anteriormente citados. En el estudio, se expone el programa

“diversalud” que nace para dar respuesta a determinados problemas actuales en el campo de la Educación Física, “una de las principales dificultades con las que el profesorado de Educación Física debe convivir es la falta de motivación e interés por gran parte del alumnado, principalmente el adolescente” (p. 147). Es posible que esta falta de implicación surja desde el momento en que se ha intentado dar a la asignatura un rango más académico, lo que le ha provocado un choque frontal entre lo que se espera por parte del alumnado (la asignatura de Educación Física debe ser recreativa, debe tener siempre movimiento, divertida, no evaluable, sin exigencias de estudio), con una implicación flexible por parte del alumno dependiendo de su estado de ánimo y de sus gustos. Diversalud es un programa que intenta trabajar con el objeto de generar hábitos saludables de vida y actividad física. Los contenidos que ofrece este programa, pretenden consolidar determinados conceptos relacionados con la salud, asentar en los adolescentes ciertos hábitos, más que perseguir lo que tradicionalmente se espera de la Educación Física.

Podríamos decir que nuestra salud se ve mejorada cuando se relaciona directamente con determinado tipo de hábitos, entre los que podemos destacar una mayor implicación en actividades físicas y por extensión en las clases de Educación Física. Parece ser necesario que el profesor de Educación Física, intervenga para resaltar la evidencia de estas relaciones ante los ojos de los jóvenes y lleve a cabo programas que fomenten en los alumnos y alumnas, un estilo de vida activo frente al sedentario.

En definitiva, si el profesor de Educación Física se convierte en un propulsor del ocio activo y de los estilos de vida saludables posiblemente conseguirá mayor implicación en su alumnado durante el desarrollo de las clases de

Educación Física. Ahora, con más fuerza que nunca, debemos fomentar la práctica de actividad física en las aulas, fuera de ellas, con programas de ocupación de ocio, desde todos los frentes para contrarrestar la avalancha de opciones que no hacen más que apostar por el sedentarismo y que tal y como hemos observado en estudios anteriores, deviene en un deterioro de la salud y la calidad de vida. Según Ahrabi-Fard & Matvienko (2005) “los profesores de Educación Física tienen la obligación de convertirse en responsables de transmitir y crear en sus alumnos estilos de vida saludables y activos” (p. 169).

3. La participación de los adolescentes.

La preocupación por parte de diferentes profesionales del campo de la Educación Física sobre los niveles de participación de los estudiantes en las clases parece denotar hoy día un problema generalizado.

La práctica insuficiente de actividad física en los jóvenes está siendo hoy día debatida en diferentes estudios (Arias, 2014; Bosque-Lorente, Baena-Extremera, 2014; Oviedo et al. 2013). Muchos especialistas consideran que los jóvenes deben realizar al menos 60 minutos de actividad física al día (OMS, 2010; Arias, 2014; Møller, Kristensen, Wedderkopp, Andersen & Froberg, 2009) y que esta debe realizarse a intensidad desde moderada a vigorosa para garantizar la salud. Sin embargo, estas tasas de práctica quedan por debajo de lo esperado en detrimento de otras actividades de tipo sedentaria (Verloigne et al. 2013).

Concretamente, el estudio sobre práctica de actividad física realizado por el Consejo Superior de Deportes Viñas & Pérez (2011) sobre 29000 estudiantes nos indica que sólo el 15,4 % practica fuera del horario escolar cinco o más de cinco días a la semana actividad física. El porcentaje de actividad lo doblan los chicos respecto a las chicas 20,4% frente al 10,2%.

En el estudio de Arias (2014) se pretende valorar la cantidad de actividad física realizada por los adolescentes durante el descanso en una escuela de bajo nivel socio económico. Teniendo en cuenta que para el autor es recomendable al menos 60 minutos al día de actividad física. Los resultados mostraron como el 65,1% de los adolescentes permanecían sedentarios, no realizan actividad física alguna, el 27,2% realizan actividades de intensidad moderada y el 7,7 % actividad física vigorosa. Cuanto mayores son los escolares más sedentarios se vuelven (los chicos de primaria son más activos físicamente que los de secundaria) y que los chicos son más activos que las chicas, aunque la diferencia no fue significativa. Al igual que el resultado obtenido por (Neuls, Vašíčková & Vysloužilová, 2014) donde se demuestra cómo los chicos son más activos que las chicas y participan más en las clases.

En esta misma línea, el estudio realizado por Bosque-Lorente, Baena-Extremera (2014) con el objetivo de conocer el nivel de actividad física realizada por los adolescentes demostró que el 65% de los estudiantes reconocía hacer ejercicio fuera del horario escolar y que el 33,30 % sólo practica una o dos horas de ejercicio a la semana. Al igual otros autores coinciden en que los chicos son más activos que las chicas y que conforme se avanza en edad las conductas sedentarias se hacen más patentes. A pesar de

ello, el nivel de actividad alcanzado por los adolescentes está por debajo de lo recomendable para alcanzar objetivos relacionados con la salud.

Otra muestra de lo que acabamos de comentar se observa en el estudio realizado por Poletti & Barrios (2007) sobre 2507 estudiantes de la ciudad de corrientes (Argentina) en el que se demuestra la baja actividad física de los jóvenes, sólo el 36 % realizaba ejercicio físico fuera de la escuela. El mayor porcentaje de abandono se produce en las chicas y, sobre todo, en la etapa de la adolescencia, pasando del 63% de niñas participantes a los diez, once años a el 35 % de participantes con la edad de dieciséis, dieciocho años.

Los hábitos sedentarios aumentan conforme se avanza en edad, siendo este aumento del tiempo dedicado a actividades sedentarias consecuencia del el aumento de la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en la infancia y la adolescencia. Así se demostró en la investigación de Guerra et al. (2015) el que participaron 1101 adolescentes con edades comprendidas entre los 10 y los 17 años, de la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Otro estudio realizado por Silva, Nahas, Peres, & Lopes (2009). Demostró cómo el 28,5% de los alumnos realiza una insuficiente práctica de actividad física, el 48,6% suele presentar absentismo en Educación Física y el 38,4% comportamientos sedentarios.

En este mismo sentido un estudio de Ceschini, Andrade, Oliveira, Júnior & Matsudo (2009) realizado sobre 3845 estudiantes de dieciséis escuelas públicas de Sao Paulo demostró que el índice de inactividad entre los adolescentes estudiados equivalía al 62,5%. Siendo los factores determinantes de esta inactividad: el sexo, la edad y el nivel socio económico. La inactividad

física fue alta en todas las zonas estudiadas, contribuyendo de forma determinante en la salud.

Del mismo modo otro estudio de Hallal & Knuth (2010). Realizado sobre estudiantes brasileños de noveno año (equivalente a 3º ESO) demostró que la proporción de adolescentes activos era tan solo del 43% y destacando en cuanto a participación el género masculino frente al femenino sólo el 31%.

Otra muestra de ello es el estudio realizado por Moreno, Ramos, Rivera, Muñoz-Tinoco, Sánchez-Queija, Granado & Jiménez-Iglesias (2011) en el que participaron 24 países y donde la muestra llegó a alcanzar a 110.000 alumnos con edades comprendidas entre los 11 y 15 años y a través del cual se llega a la conclusión de que la práctica de actividad física de los adolescentes resulta insuficiente para desarrollar hábitos que mejoren y contribuyan en la salud de los mismos y cómo la participación de los chicos es mayor que la de las chicas en todos los países que se estudiaron. En España, sólo el 40% de las chicas realiza ejercicios intensos. Ello supone la cifra más baja de todos los países estudiados. También se demostró que fue el país en el que las diferencias de práctica entre chicos y chicas fue mayor.

Un estudio de los autores de Hoyo Lora & Sañudo Corrales (2007) nos muestra cómo entre la población escolar comprendida entre los 12 y 16 años de una zona rural de Sevilla sólo un 28% de las chicas practican actividades físicas frente al 58% de los chicos.

La tendencia actual hace que las alumnas, participen menos en la práctica (DelCastillo-Andrés, 2009). Ellas mismas reconocen hacer menos actividad física que los chicos, siendo el porcentaje de abandono mucho mayor en ellas

que en ellos, Los motivos de tales comportamientos son: la falta de tiempo y el horario inadecuado (Alvariñas, Fernandez & López, 2009).

A esta conclusión también llegaron César et al. (2012). En el estudio realizado sobre 2879 adolescentes de centros públicos y privados en el que demostraron que, aunque la mayoría del alumnado muestra gran interés por la práctica de actividad física-deportiva, considera que el tiempo empleado para ello es muy escaso. Los motivos son diferentes, si tomamos como referencia el abandono, las principales causas son: la pereza, desgana y falta de tiempo. En cuanto a los motivos de falta de práctica el más importante es la falta de tiempo. Los chicos muestran más interés que las chicas y también se demostró que cuanto más mayores son los estudiantes menos interés muestran.

Según Chillón et al.(2009) la mayor tasa de abandono se produce en edades que oscilan entre los 12 y 18 años. Este dato es avalado también por (Folgar & Boubeta, 2013; Emeterio, Arazuri & Ponce, 2012). Las razones para ello son múltiples: Falta de tiempo, pérdida de interés, horario inadecuado, pereza, desgana, e incluso los amigos y la importancia que éstos le conceden a la práctica de actividad física, (Emeterio, Arazuri & Ponce, 2012).De nuevo se repite un dato revelado en anteriores investigaciones, las chicas abandonan más que los chicos, concretamente triplican los datos de abandono dos de cada diez abandonan antes de los 16 años.

En esta misma línea, se encuentra el estudio realizado por Folgar et al. (2013) que considera también a los amigos como agentes influyentes en el abandono de la práctica de actividad física. Del mismo modo, se demuestra en su investigación que el índice de abandono de las chicas es mayor que el de

los chicos y que los padres también llegan a influir, sobre todo cuando éstos les obligan a realizarla, en vez de animarles.

En referencia al índice de participación de los jóvenes en las clases de Educación Física, podemos observar que la percepción que tienen los alumnos hacia nuestra asignatura es positiva (Gil, Cuevas, & Contreras, 2012). Sin embargo, el nivel de práctica difiere bastante con lo deseado, las chicas participan menos que los chicos y de igual modo abandonan más que los chicos.

Los adolescentes realizan poca actividad física, dedican poco tiempo a ello, sobre todo las mujeres. Uno de los motivos por el que se produce esta diferencia se debe al predominio de contenidos en las clases (más atractiva para los chicos que para las chicas). Es por ello que se busquen alternativas a nivel pedagógico que igualen los niveles de práctica en ambos sexos (Oviedo et al. 2013).

En este sentido, nos encontramos con el estudio realizado por autores como Manuel & Sánchez (1983) basándose en estudios anteriores de ("Tousignant & Siedentop, 2010) y otros de (Griffin, 1985; Carlson, 1995 & Bennett, 2000), quienes emprendieron investigaciones centradas en el comportamiento de los alumnos en las clases de Educación Física. En ellos se observaban diferentes formas de participación ofreciendo un abanico muy disperso en cuanto a la implicación de los alumnos en las clases.

En sus estudios constataron cómo en una misma clase, el nivel de participación difería bastante entre unos y otros: desde los que verdaderamente se sentían implicados (clasificados y denominados) como:

“deportistas atletas” (Griffin,1984), “machos” (Griffin,1985), hasta aquellos que para nada se sentían comprometidos con las clases de Educación Física y fueron clasificados y definidos como “jugadores invisibles” (Griffin,1985), “impostores” (Carlson,1995).

Estos comportamientos y formas de participación siguen apareciendo diariamente en nuestras clases, sin embargo, aunque nuestro objetivo no sea el de clasificar a los estudiantes, si que es necesario llegar al origen de aquello que les empuja a comportarse de forma no satisfactoria o en modo alguno coherente con lo que realmente esperamos de ellos.

En este sentido Carlson (1995) realizó su estudio centrándose en la opinión de aquellos alumnos que no se encontraban satisfechos con las clases de Educación Física, encontrando como causante de esta falta de participación las siguientes causas:

1. *“Carencia de sentido personal. Los alumnos no encontraban sentido a las clases de Educación Física, ni que ésta vaya a influir de forma positiva en sus vidas.*
2. *Carencia de control. Los alumnos sienten que no tienen control sobre lo que ocurre en las clases y se encuentran desmotivados.*
3. *Carencia de afecto social y emocional. Hay un grupo determinado de alumnos que se encuentran solos y aislados por sus propios compañeros en las clases”.*

A su vez el propio Carlson (1995) estableció otras causas que de igual forma podían influir en la escasez de participación tales como:

1. *Los comportamientos de los profesores.*
2. *Las clases con implicaciones competitivas.*
3. *Los problemas relacionados con el auto-concepto, autoestima y el contexto social.*

En estudios posteriores se llegaron a estudiar los niveles de participación en las clases de Educación Física, a lo que parece estar vinculado una serie de factores. Un ejemplo de ello es el realizado por Johnston, Delva, & O'Malley (2007), quien se encargó de estudiar cómo iban variando los niveles participación de chicos de secundaria de América a medida que iban avanzando de curso y en función del nivel racial y étnico y estatus socio-económico.

Los resultados demostraron que conforme los alumnos avanzan de curso empiezan a perder interés por participar en las clases, que las chicas suelen participar menos que los chicos y que las clases de estatus socioeconómico bajo participan menos que las clases altas.

Por último, se destaca que existen también diferencias en cuanto al estatus socio-económico, llegándose a demostrar que la comunidad hispana y negra participaban menos que el resto.

En este mismo sentido, se encuentra la investigación realizada por Moral (2012). Los chicos son más activos, participan más que las chicas, a medida que avanzan de edad los niveles de actividad física descienden al igual que el interés y satisfacción con la escuela.

Un alto nivel educativo predice en los chicos la participación en actividades no organizadas (Findlay, Garne, & Kohen 2010).

Es conveniente también tener en cuenta que el nivel de satisfacción acumulado por la vivencias del alumnado en las clases de Educación Física predice la continuidad de práctica en un futuro, sobre todo en las chicas (Brosed et al. 2012). Sin embargo, solo la tercera parte del estudio realizado por dichos autores afirmó abiertamente que estas clases le sirviesen para tal efecto.

Así pues, relacionando los estudios anteriormente expuestos, podemos deducir que la escasa participación del alumnado conforme avanza en la edad puede ser motivo de su poca implicación en la asignatura.

4. El profesor y las clases de Educación Física.

La percepción, actitud que tienen los alumnos sobre nuestras clases de Educación Física, así como el interés concedido por éstos a nuestra materia parece ser otro de los motivos relacionado directamente con la implicación al igual que el propio profesor y a su actuación en el aula.

Tendríamos que preguntarnos si:

¿Es el profesor de Educación Física un agente capaz de influir en la implicación de sus alumnos?

¿Llega a influir en los alumnos con las expectativas que tiene hacia este profesorado?

Algunas investigaciones parecen demostrar que sí; muestra de ello son los

estudios realizados al respecto.

De forma genérica, la mayor parte de los estudios realizados muestran cómo los alumnos tienen una buena percepción sobre nuestra asignatura y el profesor de Educación Física (Neuls et al. 2014), de hecho, los alumnos más comprometidos no están dispuestos a reducir la carga horaria de nuestra materia (Moreno & Hellín, 2007). Los alumnos con una motivación autodeterminada son los que más valoran la asignatura y los que más importancia conceden a nuestra materia (Moreno-Murcia et al. 2013).

En esta misma línea, nos encontramos con el estudio realizado por Estévez & Fuentes (2011) en el que se llegó a demostrar que la percepción de los estudiantes de secundaria respecto a nuestra asignatura es buena, ya que es la asignatura que más les gusta, le resulta divertida y fácil de aprobar.

Esta idea es corroborada por Gutiérrez & Pilsa (2006) quienes realizaron un estudio longitudinal a lo largo de 10 años con 630 estudiantes y en el que se demostró cómo hasta los 13-16 años tanto los chicos como las chicas suelen tener una actitud positiva y coherente hacia la Educación Física, en cambio algo ocurre con el paso del tiempo ya que a medida que avanzan de edad el interés se va perdiendo la implicación descende entre los jóvenes. Esta percepción hacia nuestra asignatura sufre fluctuaciones, cambios que provocan un descenso en el interés de los alumnos conforme avanzan de edad así se demuestra en el artículo de Moreno & Hellín (2007) donde quedó reflejado que a medida que éstos avanzan de edad van perdiendo interés por nuestra asignatura, siendo los de 12 y 13 años los que más implicación tienen. O bien que los profesores, favorecen escasamente el aumento de interés por la asignatura (Gil et al. 2012). Para las chicas la clase de Educación Física no les

ha ayudado a interesarse por la práctica motriz (Ponce, Elizondo, & Arazuri, 2010).

Justamente se demostró lo contrario en el estudio de Echazarreta & San Emeterio (2007) con alumnos de la Rioja, donde se determinó que más de la mitad de los chicos y chicas de secundaria opina que los profesores contribuyen a crear interés por la práctica de actividades física. De hecho, en algunos estudios se concluye que el profesor resulta un modelo de influencia positiva hacia la práctica de actividad física (Puyal, Casterad, & Lanaspá, 2014). Sin embargo, no creen que las clases de Educación física estén beneficiando a crear un hábito de práctica.

En una línea similar encontramos la investigación realizado por Gutiérrez & Pilsa (2006) en el cual se estudia a 910 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria de la comunidad valenciana. En esta investigación se demostró cómo la actitud de los alumnos es positiva tanto hacia la Educación Física como hacia los profesores sin embargo, se destaca que los más jóvenes disfrutaban más de la Educación Física.

Qué aspectos pueden repercutir positivamente en la organización de las clases, qué contenidos tratar (aparte de los que ya vienen definidos explícitamente en el curriculum) de qué manera enfocarlos, qué estrategias podríamos utilizar para que las clases resultasen más amena, qué tipo de organización llevar a cabo para que con nuestro quehacer diario podemos hacer que la implicación en las clases de Educación Física sea la mayor posible

Todos estos aspectos influyen de manera determinante. La investigación de Senne, Rowe, Boswell, Decker & Douglas (2009) reveló que los niveles más

bajos de participación de los alumnos de Secundaria estaban directamente relacionados con el tiempo de “organización e instrucción”. En cambio, los niveles mayores de actividad se relacionaban con actividades de “fitnes, aprendizaje y juego”. En algunas ocasiones, se concluye que las clases de Educación Física en cuanto a intensidad y duración no cumplen con las recomendaciones para suponer un adecuado trabajo cardiovascular (Yuste, García-Jiménez & García-Pellicer, 2015).

En esta misma línea nos encontramos con el artículo de Merish & Fairclough (2010). Estos autores llegan a la conclusión de que los alumnos se implican más con intensidades moderadas-vigorosas en tareas y situaciones de juego sin oponente, concretamente un 63%, por el contrario, aquellas actividades en las que los alumnos se emplean menos tienen que ver con la impartición de conocimientos, y en la gestión-organización de las clases.

Por otro lado, es necesario destacar cómo en el estudio se refleja el menor porcentaje de implicación en actividades moderadas y vigorosas de las alumnas (46,1%) frente a los chicos (59,7%).

En este mismo sentido, se encuentra el trabajo realizado por Rikard & Banville(2006) en el que se trabajó con 515 alumnos de diferentes institutos de Estados Unidos demostrándose que a pesar de tener una actitud positiva hacia la Educación Física, muchas actividades resultan aburridas, poco desafiantes, proponiéndose el que los propios alumnos puedan intervenir en la elección del mismo, ya que las actitudes negativas tiene que ver con los métodos de enseñanza anticuados.

La elección de actividades físicas por parte de los alumnos resulta ser un indicador muy positivo y un vehículo para aumentar la diversión y el

compromiso en las mismas. Por el contrario las limitaciones en cuanto a variedad y número de ejercicios y actividades es lo que más limita la implicación, sobre todo en las alumnas (Smith, Green, & Thurston, 2009).

La figura del profesor de Educación Física suele estar bien valorada el alumnado tiene una buena concepción del mismo. De hecho los alumnos valoran al profesor capaz de dominar la materia, que explica bien y se preocupa por ayudar a los alumnos ante las dificultades. Consideran que nuestra asignatura es importante y útil, en menor medida los alumnos de 14 y 15 años (Moreno & Hellín, 2007).

En cuanto a las cualidades que deberían tener cualquier profesor de Educación Física (según el estudio) serían: la simpatía, ser competente profesionalmente, su capacidad para comprender a los alumnos, para hacer las clases divertidas, motivadoras, el que tengan cierta flexibilidad con la programación y que sean creativos e innovadores (Gutiérrez, Pilsa & Torres, 2007).

En lo que respecta a selección de contenidos llevada a cabo por los profesores, podemos observar que diversas investigaciones concluyen que la implicación del alumnado es mayor si éstos contenidos coinciden con los gustos e intereses de los adolescentes. Un estudio de Sáenz-Lopez, Sicilia-Camacho & Manzano (2010) llegó a comprobar cómo las diferencias pueden llegar a ser significativas, las profesoras utilizan, practican más el contenido de expresión corporal que los profesores, del mismo modo las profesoras valoran más el objetivo de establecer relaciones socio afectivas que los profesores.

Los alumnos perciben los contenidos más o menos atractivos dependiendo del género, así encontramos cómo los chicos prefieren las actividades de condición física mientras que las chicas prefieren aquellas en las que se destaque la cooperación frente a la competición (Gutiérrez, Pilsa & Torres, 2007).

En un sentido similar nos encontramos con el estudio realizado por Moreno & Hellín (2007) en la región de Murcia. Demostrando que lo que más les gusta de nuestra asignatura son los contenidos relacionados con la condición física y salud, juegos y deportes y actividades en el medio natural, siendo la expresión corporal la que menos les gusta. Sin embargo, los profesores destacan la importancia de este contenido y la necesidad de empezar antes con una metodología adecuada con el objetivo de alcanzar un desarrollo óptimo (Aij, Tom, Robles, Mont, & Viera, 2013).

Por otro lado, Gutiérrez, Pilsa & Torres (2007) realizaron un estudio sobre 788 alumnos de educación secundaria obligatoria, llegándose a concretar que lo que más les gusta a los alumnos es la práctica de deportes de equipo, así como las actividades variadas, mientras que lo que menos: las clases teóricas, los exámenes y el calentamiento.

Los autores Mäkinen et al. (2010) en su estudio consideran que las primeras experiencias de los jóvenes respecto a la Educación Física llega a condicionar la participación física en la edad adulta. Una serie de prácticas físicas negativas desde la propia percepción del alumno, hace que se tome una visión negativa de la misma y, por lo tanto se produzca un rechazo en el futuro hacia la participación motriz. Del mismo modo, pero en caso inverso, podríamos decir

que una serie de prácticas positivas y motivadoras podría repercutir de forma eficaz en conductas futuras relacionadas con la práctica motriz.

Muestra de esto que acabamos de comentar lo tenemos en un estudio realizado por Sinelnikov & Hastie (2010) en el que se recopilaban las experiencias de chicos adolescentes. Donde quedaron reflejadas que las actividades que mejor recordaban eran aquellas en las que su participación dejaron un sentimiento positivo.

La percepción que tienen los alumnos sobre nuestra materia se va formando con el paso de los años, hemos visto en investigaciones anteriores que a medida que avanzan de edad el interés se va perdiendo y que las primeras edades son cruciales para intervenir en ello, la valoración de las experiencias que tienen los alumnos sobre la Educación Física está directamente relacionada con la implicación del alumnado (García Bengoechea, Sabiston, Ahmed & Farnoush, 2010).

Según Kirk (2005) las primeras experiencias de aprendizaje serán cruciales para la participación y posterior hábito en la vida adulta. Otro estudio de Gibbons (2009) realizado sobre 32 cursos superiores de Educación Física en 22 distritos de Inglaterra, demostró que la alta participación en las clases de Educación Física estaba directamente relacionada con determinadas acciones o estrategias tomadas por parte del profesor, algunos ejemplos de ello son: utilizar actividades físicas aplicables, útiles para toda la vida, fomentar la implicación de las alumnas en el desarrollo del curso. Es decir sobre aquellos aspectos y contenidos a tratar, realizar una evaluación justa, tener en cuenta el

género como una de las características esenciales para el diseño del curso, ayudar a crear un ambiente positivo y respetuoso, tener presente opciones.

Otras veces, aquello que parece comprometer la implicación de nuestros alumnos es la propia organización de la clase, un estudio de Hernández, Campo, Martínez de Haro & Moya (2010) demostraron como la duración media de una clase de Educación Física es de 38,7 minutos, de los cuales el tiempo medio de actividad es sólo de 22,3. Ello nos obliga a pensar que las clases de Educación Física no cumplen los requisitos mínimos para la mejora de la salud.

En resumen, de lo anteriormente expuesto se puede inferir cómo para que exista implicación por parte del alumnado en las clases de Educación Física el profesor tiene también responsabilidad en el grado de consecución de la misma y que en aras de mejorarla tendría que tener en cuenta procesos más modernos a la hora de seleccionar los contenidos, mecanismos en los que el alumno pueda, tenga la oportunidad de elegir, actividades y ejercicios, fomentando la variedad de ejercicios como un medio para luchar contra la monotonía.

El profesional de Educación Física tiene mucho que decir y hacer en la práctica, esto es, planificar con coherencia, de forma que las primeras experiencias resulten altamente gratificantes para nuestros alumnos y que en la medida de lo posible podamos ayudar a hacer de nuestros alumnos personas más implicadas; democratizar el proceso de selección de contenidos, con el objetivo de aumentar el compromiso de los alumnos; preocuparnos en aprovechar el tiempo de clase, aumentando el tiempo real de actividad física.

Nuestra labor como docentes no sólo es importante para que el alumno o alumna pueda sentirse comprometido con nuestras clases, sino que un

descuido en la forma de llevarlas a cabo, podría repercutir de forma negativa en la futura práctica de ejercicio físico en los mismos. Somos responsables, en parte pues, no sólo del presente sino también del futuro. Somos responsables de alguna forma, de sus percepciones y, también, de ejercer la fuerza necesaria para cambiar la tendencia que algunos alumnos tienen conforme avanzan de edad, aquella que tiene que ver con un descenso del disfrute en las clases de Educación Física.

**CAPÍTULO 2. FACTORES SOCIALES RELACIONADOS CON LA
IMPLICACIÓN DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

INTRODUCCIÓN

En el capítulo 2 vamos a tratar los factores de tipo social que influyen en la implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria en clases de Educación Física. Tres son los factores que consideramos especialmente importantes: Por una parte, el estatus socioeconómico, puede ser un factor que influya también en la implicación de los adolescentes, marcando una mayor o menor implicación, e incluso favoreciendo la elección de un tipo de actividades sobre otras. Por otro lado, la diferencia de género, ¿poseen chicos y chicas diferentes gustos y preferencias que pueden influir en el nivel de implicación, de las clases de Educación Física y actividades físico deportivas fuera del horario lectivo?, ¿existen estereotipos de género o un uso del lenguaje que pueda resultar discriminatorio? Por último, estudiaremos cómo influye el ocio en el nivel de implicación motriz del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria. Estudiaremos la influencia de nuevas tecnologías de la información: televisión, Internet, video consolas, telefonía móvil, así como los hábitos perjudiciales para la salud como el consumo de alcohol y tabaco. En definitiva, cómo el ocio sedentario parece imponerse al ocio activo con las repercusiones negativas que ello puede tener.

1. La clase social, estatus socioeconómico

Un factor más, que puede estar relacionado con la implicación en las clases de Educación Física es la diferencia de clase social, el estatus socioeconómico. Diversos autores han realizado estudios al respecto, llegando a diferentes conclusiones, que a continuación vamos a exponer.

En los estratos más bajos de la sociedad existe mayor riesgo de comportamientos no saludables, tanto en chicas como en chicos. Este dato es más preocupante en estudiantes de colegios públicos. Entre estas conductas no saludables se encuentra la de no practicar ejercicio físico Lauris, Munive Gutierrez (2011).

El objetivo del estudio de Demment, Wells & Olson (2015) fue evaluar la actividad física y la asociación con el cambio en el índice de masa corporal (IMC) Utilizando una muestra de 281 alumnos del Estado de Nueva York. Entre los resultados obtenidos destaca cómo las escuelas con mejores ambientes deportivos correlacionaban con reducciones en el IMC, pero no en todos los estudiantes, sino sólo en aquellos con mayores ingresos; por ello, se necesitan estrategias que sirvan para identificar las barreras que impiden el acceso a estudiantes de bajos ingresos a los recursos escolares que promueven la salud.

Los resultados del estudio de Pavón et al. (2010) sugieren que existe una fuerte relación entre el nivel socioeconómico y la condición física en adolescentes Europeos independientemente de su nivel de grasa corporal. Estos resultados podrían ser interpretados según los autores como una influencia de su poder económico. Un nivel socioeconómico más alto podría permitir a los jóvenes tener más facilidades para la práctica de ejercicio, por ejemplo de adquisición de materiales, posibilidad de acudir a sesiones deportivas extracurriculares, así como una importante toma de conciencia de los padres sobre la importancia un estado físico saludable.

En esta misma línea, Stalsberg & Pedersen (2009) realizaron una revisión de 62 artículos, con el objetivo de comprobar si había relación entre actividad física y estatus socioeconómico en adolescentes, los resultados de la investigación no son del todo concluyentes, sugieren que existe una alta correspondencia entre actividad física y clase social. Los autores apoyan la hipótesis de que a mayor estatus socioeconómico, mayor actividad física en adolescentes; a pesar de ello, y como hemos recalcado anteriormente, dicha hipótesis no se confirmó con rotundidad, ya que el 42% de los artículos estudiados no confirmaron la relación entre actividad física y estatus socioeconómico .

En otros estudios diversos investigadores demostraron cómo las clases medias y altas, tienen mayor índice de participación en deportes organizados que aquellos de clase baja (García et al. 2010).

En esta misma línea de investigación, el estudio de Telama, Laakso, Nupponen, Rimpela & Pere (2009) determinaron que el estatus socioeconómico, influye en el tipo de actividades que realiza el alumnado y, por tanto, en la participación de los mismos. Se demostró que los alumnos y alumnas que pertenecen a un estatus socio económico alto, participan más en actividades organizadas que en aquellas que no lo están. Ello se aprecia con más fuerza aún en las chicas que en los chicos.

Otros estudios muestran cómo la participación en actividades físicas, difiere respecto al estatus socioeconómico. Tal es el caso del trabajo realizado por Lioret, Maire, Volatier & Charles (2007) sobre 1016 niños de entre 3 y 14 años. El objetivo era determinar cómo la actividad física y el comportamiento

sedentario se relacionan con el estatus socioeconómico así como establecer la prevalencia de sobrepeso infantil y la obesidad en Francia. En el estudio se confirmó la relación entre estado socioeconómico, sedentarismo y sobrepeso infantil en Francia. A partir de los seis años, sobrepeso y estatus socioeconómico se relacionan inversamente, a mayor estatus, menor índice de sobrepeso; a mayor estatus, menores índices de comportamiento sedentario. En cambio, el comportamiento sedentario sí aumenta la posibilidad de sobrepeso en la infancia y la adolescencia.

El estudio realizado por La Torre, Masala, De Vito, Langiano, Capelli, Ricciardi & Manocci (2006) encargado de estudiar la relación entre estatus socioeconómico y actividad física, sobre una muestra de 2411 pertenecientes a diversas regiones de Italia, llegó a demostrar que pertenecer a familias de estatus socioeconómico alto, era un indicador fiable de la futura participación de los estudiantes en actividades físicas. El poder adquisitivo de los padres y el nivel cultural, serían determinantes en la futura práctica de actividades físicas. De este modo, se confirmó pues, la relación existente entre la actividad física de los adolescentes y el nivel socioeconómico de sus familias.

En este mismo sentido, encontramos el estudio de Lee (2014) en el que se indica que los padres juegan un papel importante, al influir en los comportamientos de salud de los adolescentes, entre los que se encuentra la actividad física. Los resultados muestran que los niveles de control parental no difieren en función del estatus socioeconómico. Sin embargo, los padres desfavorecidos participan poco en este tipo de actividades en comparación con los padres de estatus superior. Estos comportamientos influyen negativamente

en la práctica de actividad física en la adolescencia, y se asocian con un descenso también en la edad adulta.

El estatus socioeconómico y la participación en actividades físicas, están relacionadas. De hecho, las clases sociales más bajas, dedican más tiempo a actividades que fomentan el comportamiento sedentario como por ejemplo, ver la televisión. Este estudio debe hacernos pensar en cómo este tipo de comportamiento puede mantenerse desde la adolescencia hasta la edad adulta (Bogart, 2015; Stamatakis, Hillsdon, Mishra, Hamer & Marmot, 2009)

Otro estudio de Fernández (2005) con el objetivo de observar si existían diferencias en cuanto a las medidas antropométricas y su nivel socioeconómico, en alumnos y alumnas de segundo Enseñanza Secundaria Obligatoria de dos poblaciones con diferente estatus socioeconómico de Madrid, llegó a confirmar que el alumnado de la localidad con mayor estatus socioeconómico, tiene menor tendencia a reflejar un estado de obesidad y realizan más actividad física que los alumnos y alumnas de menores niveles de renta.

En el mismo sentido, un estudio realizado por Dagkas & Stathi (2007) sobre 52 adolescentes de 16 años en la región de Midlands (Reino Unido), con el objetivo de explorar los factores sociales que influyen en la participación de los jóvenes en la escuela y fuera de ella. En este estudio, se llegó a demostrar que la participación en actividades físicas está relacionada con la clase social de los estudiantes, el entorno familiar y su situación económica. De esta manera, aquellos alumnos y alumnas pertenecientes a un alto nivel socioeconómico, participan más que aquellos de niveles inferiores. Por ello, se sugiere desde el

mismo, la necesidad de mejorar y ampliar la oferta de actividades físicas en aquellas zonas económicamente desfavorecidas.

Al contrario de lo expuesto anteriormente encontramos la investigación de Marques, Martins, Santos, Sarmento & da Costa (2014) que se llevó a cabo con 2617 estudiantes portugueses (1336 niños, 1281 mujeres), con edades entre 10-18 años. Según estos autores, el nivel socioeconómico no es un predictor significativo de la participación de deportes de la escuela, lo que significa que en el entorno escolar, todos los estudiantes pueden tener las mismas oportunidades de practicar actividad física. Por otra parte, en contraposición de los resultados que hasta ahora hemos expuesto, aquellos que defienden la hipótesis de que los jóvenes procedentes de niveles socioeconómicos altos, realizan mayor práctica de ejercicio (Juiz de Trogilero & Morasso (2005) tras realizar un estudio con una población de 154 adolescentes) pertenecientes a colegios públicos y privados de la ciudad de Salta (Argentina), demostraron que la prevalencia de obesidad en adolescentes, es más alta en aquellos que pertenecen a un estado socioeconómico medio-alto, aunque no refleja si ello se debe a una falta de actividad o participación física por parte de los mismos.

En esta misma línea, se sitúa el artículo de Aktop (2010) que analiza en su estudio, entre otros factores, la aptitud física relacionada con el status socioeconómico de 198 niños de Turquía, pertenecientes a séptimo y octavo curso (equivalente a segundo y tercero de Educación Secundaria Obligatoria). Para ello aplicó la batería de aptitud física Eurofit. En el estudio se comprobó, cómo los niños de mayor status socioeconómico tenían una peor condición física que aquellos que procedían de niveles socioeconómicos más bajos.

Estudios posteriores han confirmado esta idea, tal es el caso de (Bohr, Brown, Laurson, Smith & Bass, 2013). Este estudio investigó el impacto del estatus socioeconómico sobre la aptitud física, tanto en hombres como en mujeres. La muestra estuvo compuesta por 954 adolescentes de la escuela media Illinois. Entre los resultados destaca cómo las chicas de bajo estatus socioeconómico tenían peor condición que las chicas de los alto estatus. Para los chicos, la principal diferencia entre ambos grupos estribaba en la composición corporal, pero no en la condición física. Así pues, se confirma que el estatus socioeconómico y la aptitud física se relacionan en las niñas, pero no en los varones. Una posible explicación de esto según los autores, es que los niños son más propensos a participar en la actividades físicas de tipo vigorosa en el tiempo libre.

Uno de los objetivos del profesor de Educación Física será promover la implicación del alumno socialmente desfavorecido, insistiendo en la importancia de la realización rutinaria de actividad física para evitar factores como la obesidad, muy frecuente en clases de un nivel económico bajo, ya que a la falta de implicación hay que añadirle un posible mala alimentación o una alimentación poco saludable debido a la falta de recursos. Del mismo modo, la actividad física y el deporte alejarán a este tipo de alumnado de hábitos nocivos para la salud.

2. El ocio.

Los cambios acontecen rápidamente en la sociedad en la que vivimos y las formas de ocio también. Para los adolescentes la variedad de actividades que

hoy día les producen diversión se han multiplicado. El autor (Argyle, 1993) define ocio como “son aquellas actividades que la gente hace en su tiempo libre porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito de un beneficio material” (p. 3). Los jóvenes tienen la oportunidad de encontrar infinitas formas para ocupar el tiempo de ocio, para divertirse y evadirse de la rutina. Es por ello, que la actividad física, a pesar de ser una vía más de ocupación de tiempo de ocio, encuentre mayores dificultades para imponerse, al rivalizar directamente con las nuevas aparecidas. Cabe destacar entre ellas, las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación, que están cambiando los hábitos de los niños y adolescentes, ayudando a formar conductas que avalan el ocio sedentario. Las nuevas tendencias de ocio no ayudan precisamente a implicarse motrizmente, por lo que podría ser otro de los elementos que resta tiempo de implicación en las clases de Educación Física y actividades físicas extraescolares, derivando de manera ostensible en posturas cercanas al sedentarismo. Sirviéndonos de las palabras encontradas en el artículo de Marta& Gabelas (2007) podemos otorgar algo de sentido en la idea que acabamos de exponer “las nuevas generaciones mantienen una estrecha relación diaria con las pantallas (televisión, Internet, videoconsolas y telefonía móvil). Gran parte de su tiempo de ocio se destina a estos medios de comunicación con un doble uso prioritario: jugar y convivir” (p. 2) ...“ la tendencia en el consumo de pantallas aleja cada vez más a la televisión de su anterior monopolio y le hace compartir con los nuevos soportes de tecnología avanzada en el tiempo libre de los menores” (p. 2).

La sociedad actual se está volviendo cada vez más sedentaria por diferentes razones, entre ellas, el uso extensivo de aparatos digitales y de las tecnologías de la información. Cada vez más según Bosque-Lorente (2014) se dedica mayor tiempo a ver la televisión y menos a realizar actividad física. Así entre las conclusiones sacadas de su investigación destaca cómo a pesar de que los alumnos de su estudio se consideran en un 65% activos físicamente, en su tiempo de ocio la práctica de este tipo de actividades eran inferiores a lo que se recomienda por los organismos internacionales para conseguir objetivos saludables.

Uno de los hábitos de ocio en los adolescentes es el visionado de televisión, lo que conlleva un riesgo para el aumento de la obesidad, en el estudio de Santaliestra-Pasias, Rey-López & Moreno Aznar (2013) se demostró cómo el hábito de ver televisión se asocia a determinados comportamientos nada saludables, entre los que destacan: la falta de ejercicio, la ingesta de alimentos aun sin presencia de apetito provocada por la distracción, etcétera. Por tanto, tal y como explican los autores las nuevas tecnologías y las actividades basadas en la electrónica se ha producido un descenso en los niveles de actividad física y un aumento de las actividades sedentarias en niños y adolescentes.

En el estudio realizado por Mota, Santos, Moreira, Martins, Gaya, Santos & Vale (2013) sobre 372 estudiantes con edades de 12-15 años y con el objetivo de establecer posibles relaciones entre visionado de televisión, condición física y riesgo metabólico, se demostró que aquellos jóvenes que mayor tiempo pasaban viendo televisión multiplicaban por tres el riesgo de padecer algún desorden metabólico, en comparación con aquellos que no pasaban tanto

tiempo viendo televisión. Esta misma idea se expone en el estudio de Rey-López, Bel-Serrat, Santaliestra-Pasías, Moraes, Vicente-Rodríguez, Ruiz & Moreno (2013). En los jóvenes, jugar con videojuegos puede perjudicar la salud cardio-metabólico durante la adolescencia. Es por ello, que debemos animar a esta franja de población a aumentar su participación en la actividad física de intensidad al menos moderada para obtener un perfil más favorable ante semejante riesgo.

La investigación de Mark, Janssen (2008) se marcó como objetivo principal determinar la relación entre el tiempo que empleaban 1803 adolescentes de 12 a 19 años de edad americanos en ver la televisión y en el uso del ordenador con el síndrome metabólico. En la investigación se demostró que el tiempo de pantalla dedicado por los jóvenes, se encontraba relacionado con un incremento en el riesgo de padecer síndrome metabólico. El aumento de horas que emplean los alumnos y alumnas viendo la televisión, está directamente relacionado con el aumento del sedentarismo, es decir con la falta de participación en actividades físicas.

En esta misma línea de investigación, encontramos el estudio de Wennberg, Gustafsson, Dunstan, Wennberg M & Hammarström (2013) en el que se llega a la conclusión de que el exceso de horas viendo televisión junto al escaso tiempo de actividad física empleado durante el tiempo de ocio durante la adolescencia predicen en la edad adulta el síndrome metabólico.

El ocio digital de última generación representa una alternativa para mantener un estilo de vida activo en una sociedad sedentaria. A esta conclusión se llega tras el estudio realizado por Beltrán, Beltrán Carrillo,

Moreno Murcia, Cervelló & Montero (2012). Este trabajo analiza el uso de los videojuegos activos con una muestra de 570 adolescentes españoles pertenecientes a cuarto de Educación Secundaria Obligatoria. Los resultados confirman que señalan que el 86,7% de los adolescentes ha jugado alguna vez a los videojuegos activos, el 53,2% poseen estas tecnologías en el hogar, pero sólo un 7,2% juega habitualmente a este tipo de videojuegos. Los chicos lo hacen en mayor medida que las chicas.

En esta misma línea encontramos el estudio de Tejero, Balsalobre & Higuera (2011) su objetivo era investigar la relevancia del uso de las consolas de videojuegos vinculadas a la actividad física como una nueva forma de ocio. En el se deja patente cómo la televisión, uso de ordenadores, teléfonos móviles, mp3, videoconsolas, etcétera, están relegando al ejercicio físico a un segundo plano, convirtiéndose en una amenaza. Es por ello, que los autores reflejen en su investigación las posibilidades de revertir la situación sirviéndonos de lo que ellos mismos denominan " Ocio Digital Activo", esto es, el uso de las tecnologías para promover la práctica de actividad física saludable. Tras una exhaustiva investigación, llegaron a la conclusión de que este tipo de actividad física vinculada a las nuevas tecnologías aportan beneficios fisiológicos, pérdida de peso, beneficios cardiovasculares, mejora de la condición física. Sin embargo, no dejan pasar algunos peligros derivados de un uso incorrecto o indiscriminado de los mismos.

Prueba de ello, la encontramos en la investigación de Moreno & Altamirano (2005) quien realiza un estudio sobre 87 sujetos con edades comprendidas entre los 11 y los 16 años pertenecientes a centros públicos de Sevilla y con el objetivo de indagar en los hábitos de los jóvenes. Los resultados del mismo

dejaron claramente reflejados cómo los jóvenes dedicaban más de 4 horas al día al visionado de la televisión, lo que estaba directamente relacionado con un aumento del sedentarismo y con un consiguiente empeoramiento de la condición física. Recogiendo palabras de su estudio “ la televisión influye en todas las edades pero de manera especial, en la infancia y la adolescencia” ...“sus hábitos televisivos aumentan con la edad” (p. 2).

Esto resulta preocupante, ya que además de lo expuesto anteriormente, podemos confirmar que el exceso de horas viendo la televisión, con el ordenador o jugando con video juegos repercute negativamente sobre la salud, no sólo por el comportamiento sedentario o práctica de ocio no activo, sino que conlleva otras consecuencias negativas, como por ejemplo irritabilidad, nerviosismo, dolores de cabeza, etc (Brindova, Veselska, Klein, Hamrik, Sigmundova, Van Dijk & Geckova (2014).

Este tipo de hábitos parece ser que ya comienzan a adquirirse en la etapa de Primaria, así se demuestra en el artículo de González (2009) en el que se muestra cierto desasosiego ante la escasez de prácticas físicas debido principalmente al uso por parte de los jóvenes en su tiempo de ocio de Internet, playstation o televisión.

Abarca-Sos, Zaragoza, Generelo & Julián Clemente (2010) realizaron un estudio sobre 98 adolescentes con el objetivo de conocer los niveles de actividad física y analizar los comportamientos sedentarios de las adolescentes, llegando a las siguientes conclusiones, el mayor tiempo dedicado al sedentarismo recae sobre actividades como el estudiar y ver la

televisión, así como que las chicas registran menores niveles de actividad física que los chicos, tanto en días escolares, como en fines de semana.

En esta misma línea, se encuentra el estudio de Moreno & Altamirano (2005) en el que se llega a afirmar que el hábito de ver televisión favorece actitudes sedentarias, disminuyendo los niveles de participación física. El objetivo era investigar los hábitos de 494 jóvenes escolares de entre 10 a 14 años de la ciudad de Plasencia, entre los que destacaban los hábitos televisivos, el tiempo dedicado al ejercicio físico, sueño, lectura y rendimiento académico. En el mismo estudio, se exponen los resultados obtenidos por la muestra femenina, es decir, 244 niñas, reflejando que el tiempo dedicado a ver la televisión, superaba con creces lo recomendado, esto es, las chicas pasaban 15,9 horas a la semana en detrimento de la práctica de actividades físicas y de otros hábitos no menos saludables, como por ejemplo el dormir u otros de tipo formativo como las horas dedicadas al estudio.

Otro artículo que demuestra lo anteriormente expuesto es el realizado por los autores Busto, Amigo, Vázquez, Fernández & Herrero (2009) donde se estudia la relación que existe entre actividades extraescolares, el ocio sedentario, el sueño y el índice de masa corporal. La muestra de 72 alumnos y alumnas. En el estudio quedó demostrado cómo el número de horas que el alumnado dedicaba a la televisión, ordenador o video consola estaba directamente relacionado con el aumento del índice de masa corporal y cómo este número de horas dedicado a estos hábitos, influía directamente en la reducción de horas de sueño, lo que a su vez redundaba en la menor participación en las actividades extraescolares.

En esta línea de investigación está la investigación de Rossi (2006) que realiza una revisión de artículos y documentos recientes de organizaciones de peso, tales como la OMS (Organización Mundial de la Salud) y la Kaiser Family Foundation. En ellos se demuestra que la obesidad infantil es responsabilidad del papel que están jugando actualmente los medios de comunicación. Para solucionar este problema, habría que implicar de forma activa a la familia del niño, las escuelas, las instituciones encargadas de legislar con el objetivo de promover alternativas más saludables para la vida del niño, como por ejemplo la actividad física y deportiva.

Al contrario de todo lo expuesto hasta ahora, está el estudio realizado por Nuviala, Munguía, Fernández, Ruiz & García (2009) sobre 1829 adolescentes, en el que se demostró que el grupo estudiado que realizaban actividades físicas, no presentaban diferencias en el consumo de televisión, tiempo de estudio y uso del ordenador con respecto al resto de alumnos y alumnas. Ahora bien, sí que quedó patente que practicaban más actividad física en días laborables que el resto.

También en contraposición a lo revelado hasta ahora, encontramos el estudio de Gebremariam, Bergh, Andersen, Ommundsen, Totland, , Bjelland & Lien (2013) realizado con 908 chicos de entre 11 y 13 años, en el que se llega a confirmar cómo el hábito en el consumo de televisión y ordenador no influye en cambios de actividad física.

Al fomentarse el sedentarismo entre nuestro alumnado, se está contribuyendo, sin duda, a que en un futuro tengan más probabilidades de padecer algún tipo de enfermedad tales como diabetes, obesidad, hipertensión,

etcétera, como hemos visto anteriormente con los estudios realizados por autores interesados en el tema (Abarca-Sos, Zaragoza, Generelo & Julián Clemente, 2010) en su estudio, así lo muestran “Los patrones de AF en jóvenes tienen importantes implicaciones para la salud, ya que con bajos niveles de práctica puede haber un inicio precoz de cardiopatías, de osteoporosis o de obesidad en la edad adulta” (p. 410).

Algunos autores, preocupados por hábitos que van llenando el tiempo de ocio de los adolescentes, han buscado relaciones entre estos hábitos, así (Ruiz, F. y Ruiz Risueño, 2010) realizaron un estudio con el objetivo de establecer la relación entre dos factores de estilo de vida, con especial incidencia sobre la salud, la práctica habitual de ejercicio y el consumo de alcohol. Para ello utilizaron una muestra de 6362 estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria. Los resultados obtenidos reflejaron que el alumnado estudiado consume más alcohol en la etapa de secundaria post obligatoria que en la Enseñanza Secundaria Obligatoria, no existen diferencias significativas en el consumo al comparar ambos sexos, sin embargo, se demostró que a medida que los adolescentes avanzan de edad el consumo de alcohol va incrementándose gradualmente. En lo que respecta a la relación entre práctica deportiva y consumo de alcohol, se demostró que aquellos que confesaban practicar ejercicio bebían menos que los alumnos inactivos de hecho aquellos que más beben son los que menos práctica de actividad física realizan.

En este mismo sentido, numerosos estudios establecen la etapa de la adolescencia como el punto de partida para la adopción de hábitos que ponen en riesgo la salud, entre los que destaca el consumo de alcohol (Barba, J., Barba, F.J., Domínguez & Sánchez, 2004).

La adquisición de hábitos sedentarios frente al ocio activo parece pues que se está convirtiendo en una gran amenaza, que afectará no sólo a la salud física de los mismos sino también, a la mental pudiendo alterar incluso su autoestima. En consonancia con lo que acabamos de expresar, se encuentra el estudio realizado por Martínez, Lozano, Zagalaz & Romero (2009) con el objetivo de estudiar las opiniones y actitudes que pueden asociarse a las variables de autoestima, hábitos sedentarios, frecuencia con la que se realiza actividad física y salud. La muestra sobre la que se realizó el estudio fue de 145 estudiantes, con edades comprendidas entre los 13 y 15 años, los cuales se dividieron en función de los niveles de grasa corporal. Los resultados mostraron cómo el alumnado con sobrepeso, obtuvo puntuaciones más bajas, de aceptación en las recomendaciones recibidas del profesorado para realizar actividad física extraescolar y consideraron además, que aquellas actividades que se realizaban en las clases de Educación Física, no servía para combatir su sobrepeso. Por otra lado, se demostró también cómo los padres de este tipo de jóvenes con sobrepeso, mostraban cierta indiferencia a la hora de recomendar a sus hijos que participasen en actividades físicas.

3. La diferencia de género.

Otro de los aspectos que debemos tener en cuenta en el estudio de la implicación de los alumnos y alumnas de Secundaria es la diferencia de género.

Como hemos visto en investigaciones anteriores el nivel de implicación es diferente en los chicos y las chicas, de hecho la mayoría de estos estudios nos

advierten de una falta de actividad física mucho mayor en las alumnas que en los alumnos (Viñas & Pérez, 2011; Arias, 2014; Neuls, Vašíčková & Vysloužilová, 2014; Bosque-Lorente, Baena-Extremera, 2014; Hallal & Knuth, 2010; Mendoza 2000; de Hoyo Lora & Sañudo Corrales, 2007; DelCastillo-Andrés, 2009; Alvariñas Villaverde, Fernandez Villarino & López Villar, 2009; César et al. 2012; Gil, Cuevas & Contreras, 2012; Oviedo et al. 2013; Johnston, Delva & O'Malley, 2007; Moral García, 2012). El género femenino se encuentra en desventaja, llegando a extremos nunca deseados como el abandono, son las chicas las que más abandonan la práctica de actividad física (Poletti & Barrios, 2007; Alvariñas Villaverde, Fernandez Villarino, & López Villar, 2009; Emeterio et al. 2012; Folgar et al. 2013; Gil, Cuevas & Contreras, 2012).

Los estereotipos aún se encuentran presentes en las clases , en los medios de comunicación y en los libros de texto.

Ejemplos claros de ello se muestran en las investigaciones que distintos autores han realizado al respecto.

Una de estas investigaciones es la realizada por Rodríguez, García, García Pastor, Salinero, Pérez, Sánchez Fernández & Ibáñez Moreno (2015). El objetivo del estudio fue medir y correlacionar la práctica de actividad física y con el Índice de Ruffier en adolescentes con una muestra de 884 alumnos entre los resultados destaca que los chicos presentan valores superiores a las chicas. También destinan más tiempo a la práctica de actividad física siendo estas diferencias significativas. Las chicas en cambio destinan más tiempo a actividades sedentarias como leer y estudiar por lo que resulta necesario

promover la práctica de actividades físico-deportivas, especialmente entre las chicas. Rodríguez

El estudio de Zamorano (2007) realizado sobre ocho centros públicos de las comunidades autónomas de Madrid y Castilla la Mancha, donde se demuestra que aún quedan presentes, tanto en la etapa de primaria como la de secundaria, en referencia a la actividad física y el deporte. Los alumnos y alumnas percibían que los chicos realizaban mayor cantidad de actividad física. Varían sus gustos y motivaciones, prefiriendo los chicos los deportes de equipo, donde prevalezca la competición y la fuerza frente a deportes de tipo más estético e individuales por parte de la chicas donde prevalezca la flexibilidad, coordinación el ritmo. Por otra parte, también se demostró que las chicas se encuentran más activas cuando realizan actividad física en un entorno organizado y no en espacios de contexto libre.

Es necesario eliminar el uso de estereotipos en Educación Física a fin de hacer útiles las clases. En el estudio de Brosed et al. (2012) para las chicas las clases de Educación Física suponen un factor que influye en la práctica física extraescolar, cuanto más útiles les resultan las clases, más posibilidades de seguir practicando tienen y menor es el índice de abandono, de hecho en su estudio se demostró que siete de cada diez alumnas que consideran útiles las clases de Educación Física, siguen implicados en el ejercicio.

De igual modo, se nos informa a través de los medios de comunicación de la importancia de la práctica mantenida de ejercicio, de forma explícita y a veces, de manera implícita, se nos vende deporte, ejercicio físico para cumplir con el canon de belleza impuesta por la sociedad actual comprobándose la

influencia de éstos como agente sexista, al transmitir modelos y actitudes discriminatorias hacia nuestro alumnado, centrándose, casi en su totalidad en el género masculino. Esta casi exclusión del género femenino del mundo de la actividad física y el deporte, está presente también la Educación Física, es transmitida por los medios de comunicación y merma enormemente las posibilidades educativas en valores que nos ofrece la Educación Física Del Castillo-Andrés (2012).

En esta misma línea de investigación, se encuentra el estudio de Inés, Pais, & Cao (2011) en el que se estudian las imágenes en los libros de texto de Educación Física. Esta iconografía puede ejercer de mecanismo de control que inhibe la reflexión y reproduce estereotipos sin que se cuestione la veracidad de los mismos. Los resultados muestran una clara desigualdad en la presencia de la figura masculina frente a la femenina y una asignación de actividades físicas distintas para hombres y mujeres. Del mismo modo, este hecho se refleja en el estudio de Neira (2014) donde se demuestra cómo en las imágenes de los libros predominan los estereotipos, prejuicios y discriminaciones con relación al género, donde aparecen mujeres con cuerpos delgados y hombres musculosos. La presencia de un modelo masculino prevalece aún en los libros de texto (Mata, Ros, Bastida, & Menescardi, 2013).

La existencia de un sistema de enseñanza masculinizado, que favorece por tanto la participación del género masculino frente al femenino, dejando en clara desventaja a las chicas por no tener en cuenta sus intereses y gustos como se aprecia en el estudio de (Zamorano, 2007).

Prueba de ello, lo tenemos en el artículo publicado por González Pascual (2005) en el que se estudia el contenido de los libros de texto en la etapa de Secundaria y donde se parte de la hipótesis de una diferenciación de sexo en los mismos. En dicho artículo, se demuestra que existen vestigios de una Educación Física masculinizada, en la que se atiende más y mejor al género masculino frente al femenino. La larga tradición deportiva hace que los chicos se impliquen de forma más participativa que las alumnas.

En esta misma línea, se encuentra el estudio de Rey-Cao, Táboas-Pais & González-Palomares (2014) según estos autores tras una aparente neutralidad, los contenidos de los libros de texto transmiten prejuicios y reproducen desigualdades que afectan al género femenino.

Arar & Rigbi (2009) realizaron un estudio para comprobar el nivel de participación de las alumnas musulmanes árabe-israelí en clase de Secundaria, llegándose a demostrar que era más bajo en las alumnas que en los alumnos. Resulta interesante comentar la importancia de dos factores que pueden hacer cambiar la situación: el apoyo de la familia a las clases de Educación Física y la personalidad del profesor de Educación Física.

De hecho y a colación de lo anteriormente expuesto, del (DelCastillo-Andrés, 2010) en su tesis doctoral: “evaluación de los factores psicosociales y didácticos relacionados con la equidad de género en Educación Física”. Basándose en (Sicilia, 2002). Llega a determinar que chicas y chicos tienen diferentes expectativas, motivaciones e intereses.

Las actividades lúdicas que más gustan a los chicas se basan más en la cooperación que en la competición, con escaso contacto físico y sin

componente agresivo en las acciones. En cambio, los chicos se decantan más por actividades en las que predomina la competición y el riesgo, en definitiva, actividades para ellos estimulantes. Las chicas, sin embargo, escogían actividades en las que reinase la estética, el desarrollo de las relaciones sociales y la mejora de la salud.

En una línea muy similar (Moreno-Murcia, Martínez-Galindo & Alonso-Villodre, 2006) en su estudio llegaron a la conclusión de que el interés de un género respecto al otro varía de la siguiente forma: los chicos prefieren actividades competitivas, colectivas tales como el fútbol o baloncesto. En cambio, las chicas se decantan a la hora de practicar actividades físicas deportivas por una organización más individual y con carácter estético tales como el aeróbic o la natación. Este tipo de actividades que prefieren las chicas no suele estar presente en el curriculum de Educación Física, por lo que los autores del estudio lo interpretan como una discriminación del sexo femenino respecto a al masculino.

De otro lado, un estudio de Ruiz, Graupera, Mata (2004) realizado sobre una muestra de 6263 escolares determinó que existen diferencias de sexo en lo referente al tipo de actividades que prefieren cada uno de ellos. Los varones prefieren las dimensiones competitivas e individualistas mientras que las chicas prefieren las dimensiones cooperativas y afiliativas.

DelCastillo-Andrés (2010) basándose el estudio de (Moreno-Murcia et al. 2006) detectó cómo a partir de los 13-14 años las niñas en edad adolescente comienzan a rechazar actividades de cierta intensidad (trabajos de potencia,

resistencia...) mientras que los varones se sienten más identificados y comprometidos con las mismas.

Del mismo modo, se llega a la conclusión que las chicas a pesar de no desear actividades “consideradas como masculinas” ofrecen menor resistencia que los chicos a realizar actividades que ellos mismos identifican como femeninas.

Este factor resulta interesante, ya que ,probablemente, la implicación de los chicos y chicas en estos cursos de Secundaria se vea comprometida, en mayor o menor medida, por la selección y priorización de contenidos que pueda hacer el profesor a principio de curso.

Asumiendo esta premisa, podemos encontrar cómo en una programación didáctica el protagonismo se cargue especialmente en contenidos donde predominen actividades de condición física con frecuentes evaluaciones basadas en métodos cuantitativos, test de capacidades condicionales como la fuerza, la resistencia y deportes muy frecuentemente practicados por varones tales como el fútbol, balonmano. En detrimento de actividades más coordinativas, rítmicas o propias de la expresión corporal.

Ante tal caso, y atendiendo a las conclusiones sacadas por los autores anteriores, la implicación en las clases de Educación Física se vería bastante comprometida para las alumnas. Del mismo modo, podemos entender que el presupuesto totalmente contrario supondría un efecto en detrimento de los alumnos varones.

Esto nos debe hacer reflexionar sobre cómo la labor del profesor en el aula, su forma de actuar, de utilizar el lenguaje, puede influir de forma directa en la implicación de los alumnos.

Un estudio de Azzarito & Solmon (2009) sobre 528 alumnos cuyo objetivo era determinar si el lenguaje utilizado por los profesores en términos de género y raza podrían influir en la práctica física de los estudiantes. El resultado demostró que el lenguaje utilizado por el profesor sobre todo en lo referente a género sí influye en la elección de actividades físicas.

Sería conveniente pues, replantearse ciertas actuaciones y tener muy en cuenta la transmisión de forma velada, implícita y a veces inconsciente de sexismos, tópicos, roles etcétera que puedan llegar a comprometer la verdadera tendencias de comportamiento de los alumnos.

Nos parece muy apropiado una frase tomada textualmente de la tesis doctoral de Del Castillo-Andrés (2010) basándose en (Gallego & Estebaranz, 2005):

Debemos comprometernos en hacer visibles las actitudes sexistas en la Educación Física para prevenirlas y dar cabida a las necesidades y aspiraciones de ambos sexos para que no tenga que adaptarse la práctica físico-deportiva de ninguno de los géneros al otro. (p 29).

En este mismo sentido, un estudio de Gracia-Marco, Tomas, Vicente-Rodríguez, Jiménez-Pavón, Rey-López, Ortega, et al. (2010) destacaron que para los chicos aquello que más les influye a la hora de implicarse en

actividades fuera del curriculum es la edad y la ocupación de los padres mientras que para las chicas los factores determinantes son la obesidad y la ocupación de las madres. La probabilidad de participación en actividades deportivas fuera del curriculum fue mayor en las chicas que en los chicos, concretamente 5,2 veces mayor.

SEGUNDA PARTE

FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

CAPÍTULO 3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

1. Introducción.

¿Estamos ante generaciones implicadas y comprometidas con la actividad física, o por el contrario la implicación de los alumnos y alumnas ha descendido de forma preocupante? Como hemos expuesto a lo largo de la fundamentación teórica de forma reiterada, los objetivos de este estudio consisten en analizar las clases de Educación Física de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria y en delimitar los factores influyentes que intervienen en la implicación del alumnado; algunos pueden ser de mayor peso que otros, pero, al fin y al cabo, determinantes todos. El estudio y posterior análisis de los datos, corroborarán, en caso positivo o negativo, las hipótesis¹ planteadas en nuestro trabajo de investigación.

2. Planteamiento del problema.

Fruto de años de mi experiencia como profesor en las diferentes Etapas Educativas de Primaria, Secundaria y Bachillerato, y de la interacción mantenida con diferentes profesionales de nuestro campo (la Educación Física y el Deporte), he podido observar ciertos comportamientos en el alumnado (principalmente en los de Secundaria), que afectan a los niveles de implicación en las clases de Educación Física. Parece que conforme avanza el tiempo, al establecer comparaciones con cursos académicos pasados, (si echamos la

¹Es imprescindible aclarar que el uso del término hipótesis y subhipótesis propuesto en esta investigación tiene como finalidad la descripción de los hechos y situaciones que, como corresponde a un estudio descriptivo, hemos observado en los IES de referencia. Somos conscientes, de que el establecimiento de estos dos términos se ajusta a la necesidad de dotar a nuestro estudio con una solución tentativa al problema de investigación planteado, a través de la determinación o inexistencia de una relación entre las dimensiones, bien para su análisis, bien para su confirmación o bien para su refutación.

vista atrás) los alumnos y alumnas se implican menos, muestran menos interés por la práctica de actividades físicas y también por nuestra asignatura.

Ante tal situación, nos planteamos dar respuesta al problema de investigación centrado en determinar qué factores influyen en la implicación de los alumnos y alumnas dentro de las clases de Educación Física.

3. Objetivos generales y específicos del estudio.

El presente estudio no pretende otra cosa que no sea la aportación de algo de luz a un problema que parece surgir cada día con más fuerza: la escasa implicación de los alumnos y alumnas de Secundaria en las clases de Educación Física.

3.1. Objetivos generales del estudio.

Los objetivos generales del estudio son:

1. Conocer el nivel de implicación de los alumnos y alumnas de Secundaria en las clases de Educación Física.
2. Valorar cómo influyen cada una de las dimensiones: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, la participación de los adolescentes, el profesor y las clases de Educación Física, la clase social y el ocio en la implicación de las clases de Educación Física.

3.2 . Objetivos específicos del estudio.

Fruto del interés por encontrar soluciones a tal problema, surgen una serie de objetivos específicos, directamente relacionados con las dimensiones o variables potencialmente influyentes en la implicación de las clases de Educación Física por parte del alumnado.

El objetivo específico que subyace del objetivo general número 1 es:

1.1 Valorar la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.

Los objetivos específicos que subyacen del objetivo general número 2 son:

2.1 Observar en qué medida influye la motivación del alumnado en la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.

2.2. Constatar si la falta de percepción de aspectos saludables, inherentes al ejercicio físico por parte del alumnado, influye en la implicación de éstos en las clases de Educación Física.

2.3. Constatar si un aumento de la participación del alumnado en actividades físicas influye en la implicación de éstos en las clases de Educación Física.

2.4. Comprobar si una buena percepción hacia el profesor y las clases de Educación Física influye en la implicación de éstos en el desarrollo de las mismas.

2.5. Conocer el posible impacto que tiene la clase social, estatus socio-económico en la implicación de las clases de Educación Física.

2.6. Determinar si el tipo de ocio constituye un factor relevante en la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.

2.7. Analizar la variabilidad de las dimensiones que afectan a la implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria atendiendo a la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

4. Planteamiento de hipótesis y subhipótesis.

A raíz de los objetivos planteados y de la información recopilada en la fundamentación teórica de nuestra investigación, nos planteamos como principales hipótesis en nuestro estudio las siguientes:

4.1. Hipótesis

- A. El alumnado de Educación Secundaria obligatoria, se implica cada día menos en las clases de Educación Física.
- B. Existen dimensiones o variables: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, la participación de los adolescentes, el profesor y las clases de Educación Física, la clase social y el ocio que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física. Estas dimensiones varían en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

4.2. Subhipótesis.

Fruto del establecimiento de las hipótesis principales entablemos como principales subhipótesis las que a continuación se detallan:

De la hipótesis A. *El alumnado de Secundaria Obligatoria se implica cada día menos en las clases de Educación.*

Determinamos las siguientes:

A.1. Los alumnos y alumnas de Secundaria se implican actualmente menos en las clases de Educación Física

De la hipótesis B. Existen dimensiones o variables: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, la participación de los adolescentes, el profesor y las clases de Educación Física, la clase social y el ocio que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.

Determinamos las siguientes subhipótesis:

B.1. Un aumento de la motivación en el alumnado hacia las clases de Educación Física se convierte en un factor determinante a la hora de aumentar su implicación, variando la motivación en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.2. La falta de percepción que el alumnado tiene sobre los aspectos saludables del ejercicio físico, determina que se impliquen menos en las clases de Educación Física, variando la percepción en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.3. Un aumento en la participación del alumnado en las clases de Educación Física se convierte en un factor determinante a la hora de aumentar su implicación, variando la participación en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.4. Una buena percepción de los alumnos y alumnas hacia el profesorado y sobre las clases de Educación Física, aumenta su implicación en el transcurso de las mismas, variando esta percepción en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.5. La clases altas y el estatus socio-económico alto, influyen de forma directa en el aumento de la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física, variando en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.6. El ocio sedentario, y sus múltiples variantes, constituyen un fuerte rival que disminuye la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física, variando el ocio en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.

B.7. Las chicas se implican menos que los chicos en las clases de Educación Física.

5. Metodología y diseño de la investigación.

La investigación en cuestión que se presenta es cuantitativa, no experimental, tipo encuesta. Elaboramos y validamos como instrumento de recogida de datos dos cuestionarios *ad hoc*, uno para chicos (anexo 1) y otro para chicas (anexo 2), que nos ayudasen a entender cómo se desarrollan las clases de Educación Física, y cuál es el índice de implicación en el alumnado

de Educación Secundaria Obligatoria y qué dimensiones influyen en el aumento o descenso de la misma en las clases de Educación Física. De esta forma, hemos pretendido con la información recabada, obtener datos que nos ayudasen a interpretar la situación actual con la que nos encontramos.

Nos decantamos en nuestro trabajo por una modalidad no experimental, tipo encuesta, basada en la aplicación de dos cuestionarios a un grupo de alumnos y alumnas de Enseñanza Secundaria Obligatoria pertenecientes a centros de carácter público y privado de las provincias de Sevilla y Huelva. Concretamente nos basamos en la utilización del cuestionario como instrumento para el análisis y recogida de los datos.

Estos cuestionarios, independientes de chicos y chicas, con los que se ha trabajado para esta investigación surgen de uno más amplio compuesto de 70 ítems (anexo 3) que fue sometido a criterio de expertos para estudiar su validez de contenido por un comité de expertos (dos profesores Doctores de la Universidad de Sevilla, ambos pertenecientes al departamento de Educación Física y Deporte).

A continuación fue sometido a análisis factorial confirmatorio mediante el software Lisrel v8.71 y estudio de la consistencia interna de los factores a través del alfa de Cronbach con PASW 18. Tras evaluar el ajuste inicial del modelo se calculó una solución factorial para cada sexo, procedimiento que permitió conseguir mejores indicadores de ajuste y fiabilidad. Finalmente, y con la intención de conseguir una estructura factorial, y por ende, un cuestionario más parsimonioso, fueron omitidos aquellos ítems con correlaciones bajas en el factor y que tendían a reducir la consistencia interna de la escala, de modo que obtuvimos una versión simplificada del cuestionario para cada género y

que mantenía su validez de contenido resultando así los cuestionarios aplicados.

Este hecho, supone, una aportación al campo científico, ya que plantea la necesidad de utilizar dos cuestionarios, uno para chicos y otro para chicas, con los que valorar la implicación en las clases de Educación Física, a fin de obtener datos fiables de acuerdo a sus diferentes gustos, motivaciones y percepciones en cada una de las dimensiones estudiadas.

6. Descripción de la muestra del estudio.

El muestreo es de tipo no probabilístico; se realizó de forma no aleatoria, por conveniencia, debido a la fácil accesibilidad del grupo de individuos que recogen las características deseables de nuestro estudio, formar parte de la Enseñanza Secundaria Obligatoria. Esta elección de la muestra trae consigo una serie de ventajas. De acuerdo con (McMillan & Schumacher, 2005) el muestreo no probabilístico por conveniencia tiene como ventajas la facilidad de administración, su bajo coste, su rapidez de aplicación y el que pueda generalizarse los resultados a sujetos similares. Este tipo de método de muestreo es muy utilizado en educación, principalmente por la cercanía, accesibilidad, grado de participación de los individuos seleccionados, versatilidad, eficiencia y posibilidad de generalización.

Nuestro estudio se realizó sobre una muestra de 1114 individuos pertenecientes a un Centros Públicos y Privados, de distinto estrato social o nivel socioeconómico de Sevilla y Huelva. Las características específicas de la muestra que nos ocupa, son muy heterogéneas, a ella pertenecen estudiantes

de diferentes edades, diferentes estratos sociales, desde familias con nivel socioeconómico bajo hasta niveles medio y medio alto y de zonas distintas de las provincias de Sevilla y Huelva concretamente, abarcando zonas del centro y periferia de las provincias.

En estos centros, en los que se ha realizado la investigación, la asignatura de Educación Física se imparte por profesores de ambos géneros y con edades que oscilan entre los 30 a 60 años. La titulación de éstos es diferente, unos diplomados en Educación Física otros licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y otros Licenciados en Pedagogía.

En la figura 1 podemos observar la relación de Centros que han participado en nuestra encuesta, en ella aparecen Centros Públicos y Privados.

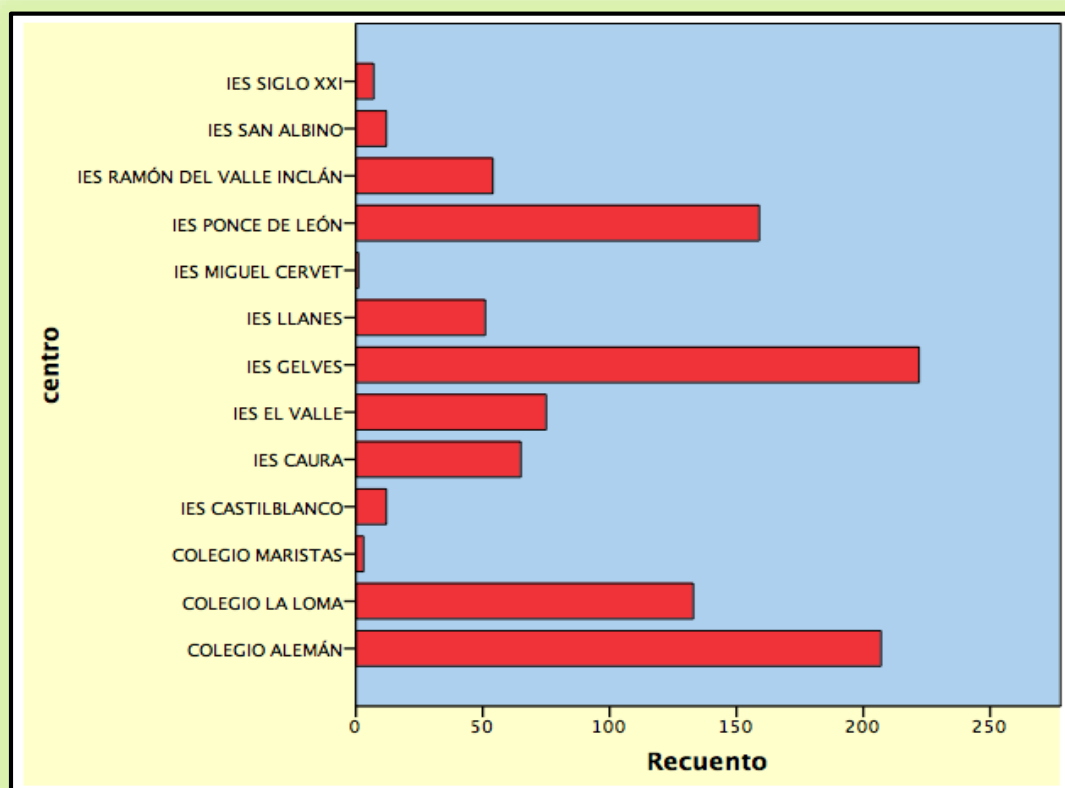


Figura 1. Relación de centros educativos intervinientes en nuestro estudio.

En la figura 2 se nos ofrece el volumen de alumnos y alumnas pertenecientes a Centros Públicos y a Centros privados que han intervenido en nuestro estudio; así , podemos observar que han participado un mayor número de alumnos y alumnas de Centros Públicos.

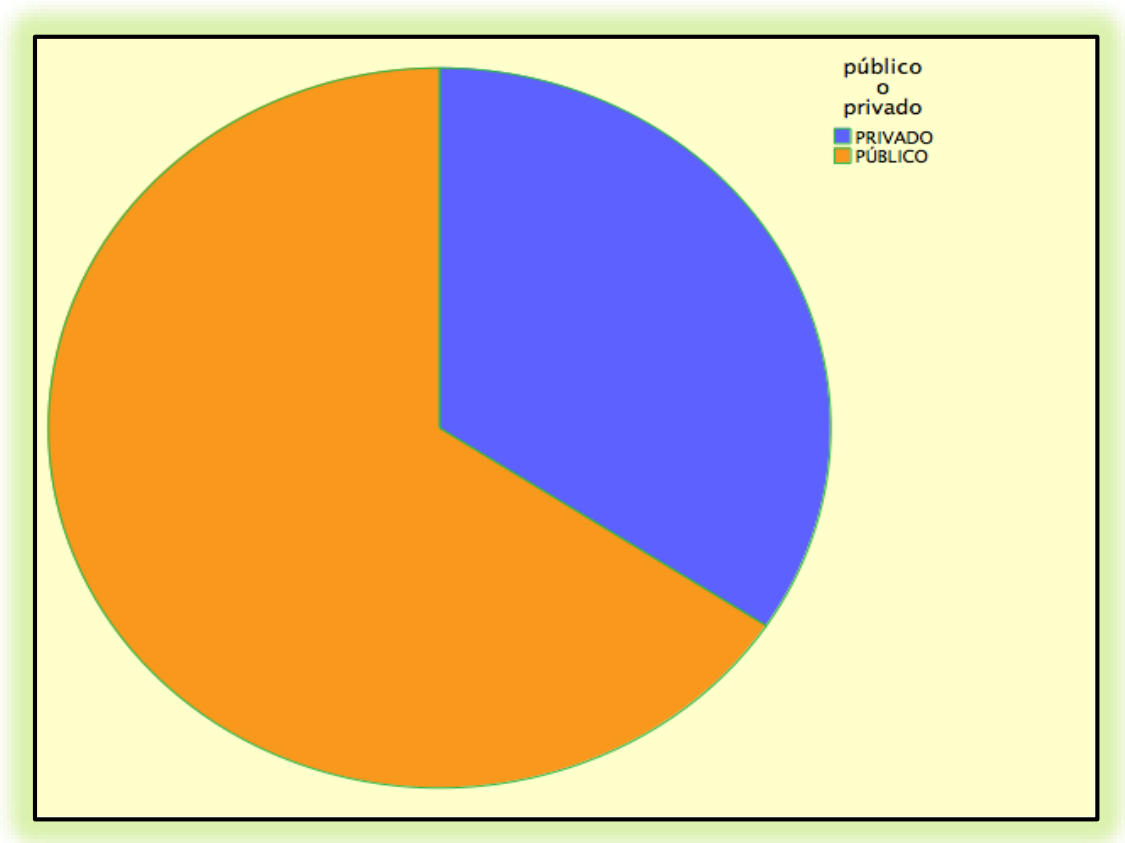


Figura 2. Volumen de alumnos y alumnas pertenecientes a centros públicos y privados.

En la tabla 1 podemos ver la muestra de alumnos y alumnas en cada curso de Educación Secundaria Obligatoria.

Tabla 1. Relación del número de alumnos y alumnas por curso.

CURSO	1º DE ESO	2º DE ESO	3º DE ESO	4º DE ESO
ALUMNAS	80	126	103	125
ALUMNOS	94	125	144	137
TOTAL	174	251	247	262

En la figura 3 se nos presentan los cursos académicos de los alumnos y alumnas que han participado en nuestro estudio, siendo ligeramente mayor, el número de alumnos que cursan cuarto de ESO, seguidos por segundo de ESO, posteriormente tercero de ESO y, finalmente, un menor número de alumnos y alumnas de primero de ESO.

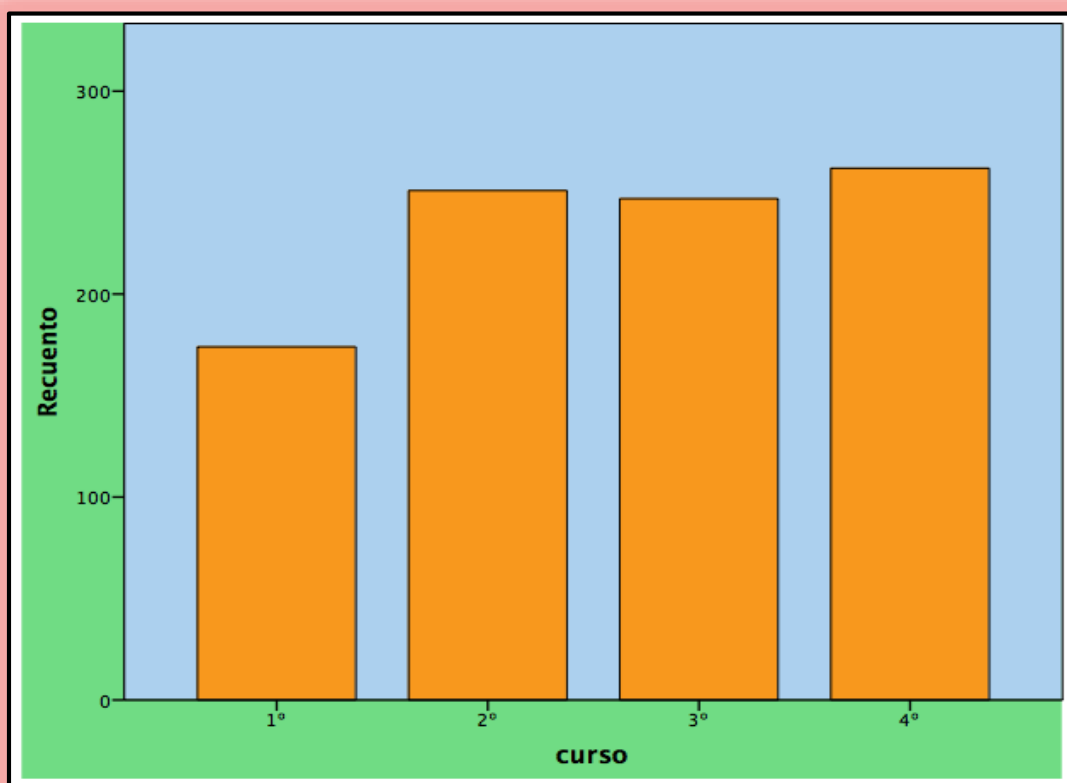


Figura 3. Número de alumnos y alumnas por curso.

En la figura 4 se reflejan las edades del alumnado que ha participado en nuestra encuesta, pudiendo observar cómo la edad que predomina en los alumnos y alumnas participantes, es de quince años, estando prácticamente equiparadas las edades de trece, catorce y dieciséis, en menor medida, los alumnos y alumnas con doce, y finalmente una pequeñísima muestra de diecisiete y dieciocho años, respectivamente.

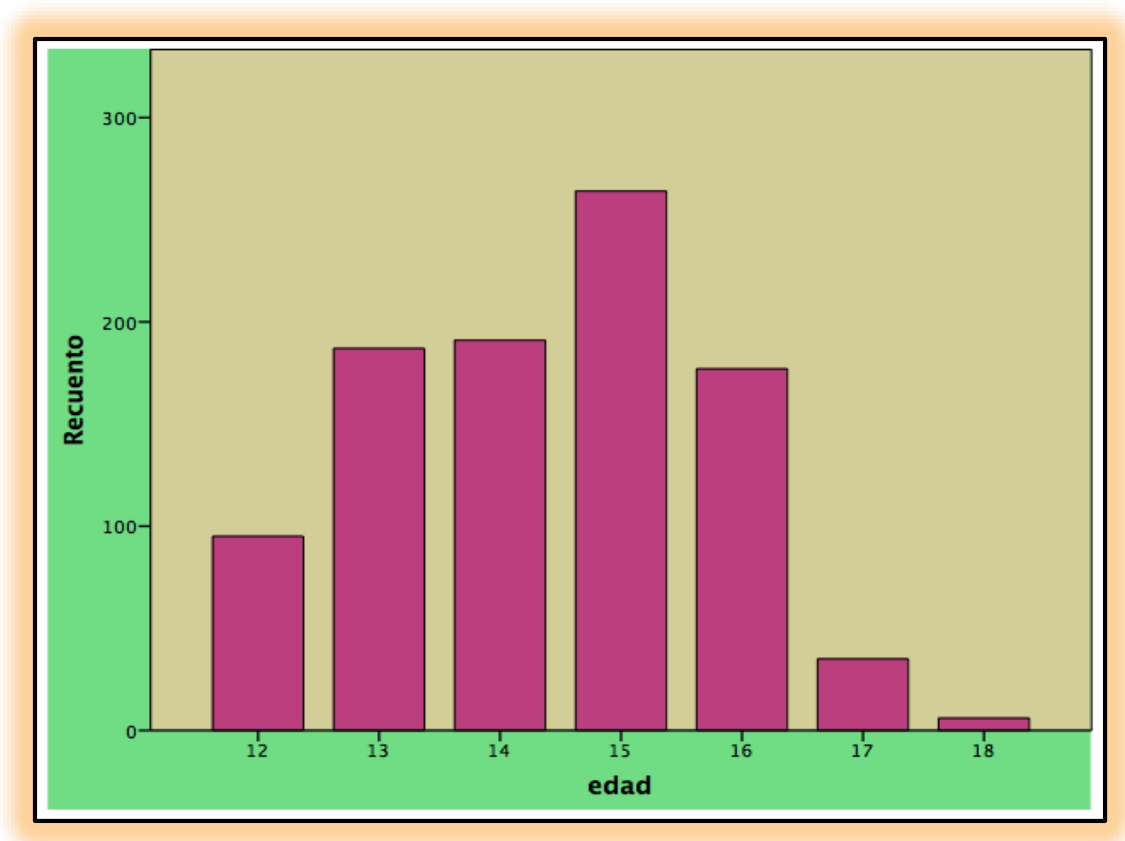


Figura 4. Número de alumnos y alumnas por edad.

7. Dimensiones objeto de estudio.

Para valorar el nivel de implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria, hemos seleccionado 6 dimensiones: motivación,

género, participación, salud, clase social y el profesor de Educación Física, sometiénolas a un análisis, que nos ayudará a comprender cómo influyen cada una de ellas en la implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria, en las clases de Educación Física; qué diferencias existen en cada dimensión en función del género y el curso académico. La inclusión de estas dimensiones está basada en la revisión teórica del problema que planteamos en nuestra investigación, pudiendo aparecer otras en futuros estudios.

8. Procedimiento de recogida de datos.

Como instrumento de recogida de datos, elegimos el cuestionario online. Nos decantamos por esta opción, ya que tiene una serie de ventajas, resulta económico, nos permite establecer cuestiones estándar, son fáciles de puntuar y proporciona tiempo para que los sujetos piensen las respuestas.

A continuación se expone el instrumento elegido para la recogida de datos.

8.1. El cuestionario.

Para conseguir información que nos ayudase a comprender la problemática que planteamos en nuestro estudio, utilizaremos como instrumento de recogida de datos dos cuestionarios construido para este estudio de tipo *ad hoc*. De acuerdo con (Buendía, Colás, Hernández, 1998) el cuestionario es una de las técnicas más utilizadas en las investigaciones tipo encuesta “con él se pretende conocer lo que hacen, opinan o piensan los encuestados mediante preguntas realizadas por escrito y que pueden ser respondidas sin presencia del encuestador” (p. 123).

En este tipo de estudios el investigador selecciona una muestra y les pasa un cuestionario con el objetivo de recoger información sobre las variables consideradas de interés. Es muy frecuente utilizar este tipo de investigaciones en educación, por razones importantes: Versatilidad, eficiencia y generalización (McMillan & Schumacher, 2005).

El proceso seguido antes de pasar el cuestionario se resume de la siguiente forma: A diferencia del estudio anterior, realizado con el cuestionario en su versión amplia donde se les aplicó al alumnado de forma manual, y con el objetivo de ofrecer mayor comodidad a los alumnos y profesores a la hora de cumplimentar los cuestionarios, éstos se aplicaron a través de un enlace a una plataforma virtual creada por el Servicio Audiovisual de la Universidad de Sevilla (SAV), ya que la mayor parte de los alumnos dominan las nuevas tecnologías y están familiarizados con el uso de Internet. A parte de lo mencionado, este procedimiento también nos ofrecía, en principio, una serie de ventajas, sobre todo en la rapidez del volcado y grabado de datos. Más tarde, fuimos conscientes de los problemas encontrados al aplicar los cuestionarios de esta forma, destacando la dificultad y a veces imposibilidad por parte del profesorado para poder llevar a los alumnos al aula de informática. Muchos centros seleccionados reclinaron la posibilidad de rellenarlos por no disponer de horario en la sala de informática.

Otra de las dificultades encontradas fue la negativa por parte de centros de carácter privado a cumplimentar los cuestionarios alegando motivos de diferente índole.

Aun así, el cuestionario se pasó, previo envío de una carta de presentación a los directores de los centros, donde se mencionan todos los detalles del

estudio (ver anexo 4), entrando en la plataforma virtual a través del enlace:
<http://www.sav.us.es/encuestas/efsecun/index.htm>

Ambos cuestionarios están contruidos con preguntas tipo Likert. El cuestionario para chicos consta de 20 ítems y 21 el de chicas en las que los alumnos y alumnas valoran en una escala de 1 a 4 divididos ambos en 6 bloques, los cuales coinciden con las dimensiones del estudio. En el cuestionario para chicos las preguntas se distribuyen de la siguiente forma: El primer bloque trata sobre la motivación. El segundo bloque trata sobre le ocio. El tercer bloque trata sobre la participación. El cuarto bloque trata sobre la salud. El quinto bloque estudia la clase social. Por último, el sexto bloque trata sobre el profesor de Educación Física. El cuestionario de chicas posee la misma estructura que el de chicos, aunque con distinto número de ítems en alguno de los bloques. Los valores con los que el alumnado contesta se exponen a continuación en la tabla 2. En el bloque dedicado al ocio, las preguntas que hacían referencia al número de horas empleadas por el alumnado, se contestaron de la siguiente forma:

Tabla 2. Lectura de valoración y valor numérico correspondiente a la contestación de los ítems del cuestionario.

	1	2	3	4
Lectura de valoración	Nada	Poco	Bastante	Mucho

Posteriormente, antes de comenzar a contestar el cuestionario, se les dieron unas recomendaciones, tales como que leyesen detenidamente y con atención las preguntas antes de contestar, que no se precipitasen y procurasen

entender las preguntas y que marcasen con un círculo la opción que más les interesase, esto es, con la que más identificado se encontrasen.

En la tabla 3 que se observa la fiabilidad de cada una de las dimensiones objeto de estudio, tanto en la versión amplia (que sirvió de origen a los cuestionarios aplicados) como en la realizada en función de la diferencia de SEXO.

Tabla 3. Índice de fiabilidad del cuestionario en su versión amplia y de la versión reducida para hombres y mujeres.

	α Cronbach		
	Total Muestra	HOMBRES	MUJERES
MOTIVACIÓN	.680	.639	.783
OCIO	.405	.820	.728
PARTICIPACIÓN	.300	.325	.549
SALUD	.357	.473	.673
CLASE	.162	.603	.670
PROFESORADO	.277	.792	.728

Como hemos mencionado anteriormente, en el anexo I se encuentra el cuestionario elaborado y validado en su versión amplia, en el anexo II la versión reducida del mismo tanto para hombres y, en el anexo III, la versión reducida del cuestionario para mujeres, con los que se han obtenido la recogida de datos.

CAPÍTULO 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

1. Procedimiento de análisis de los datos.

Una vez pasado el cuestionario, se sometieron los datos a análisis, siguiendo los siguientes pasos: en primer lugar, se realizó un análisis descriptivo ítem a ítem de los bloques. Los resultados quedaron expuestos gráficamente a través de diagramas de barras. En dicho análisis, se estudiaron índices como la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad (Shapiro Wilk y Kolmogorov Smirnov).

Posteriormente se realizó un estudio de contrastes de independencia entre variables con el objetivo de estudiar relaciones. Se aplicaron técnicas y estadísticos para estudiar el grado de relación existente entre las variables. Coeficiente de correlación de Spearman.

Con datos ordinales tiene sentido hablar de relación lineal, encontrándonos con dos tipos: Relación positiva cuando indica que los valores altos de una variable tienden a asociarse con valores altos de la otra, y los valores bajos, con valores bajo y relación negativa, indica una dependencia inversa entre las variables, en este caso los valores altos de una variable tienden a asociarse con valores bajos de la otra, y viceversa.

Se analizaron tablas de contingencias en las que encontramos coeficientes de correlación para variables ordinales, cuyos valores oscilan entre (-1) y (1) el valor numérico nos indica la fuerza de la dependencia, y el signo nos indica el sentido positivo o negativo de la dependencia. Cada coeficiente de correlación aparece con su correspondiente p-valor, el cual permite decidir sobre la hipótesis nula de independencia (si el p-valor o significación es menor que 0.05, se puede rechazar la hipótesis de independencia y afirmar que las

variables están relacionados, en cuyo caso se dice que el coeficiente de correlación es significativo). El coeficiente de correlación rho de Spearman (1904) es una medida de asociación lineal para variables ordinales.

Por último, se llevó a cabo un estudio de contrastes de hipótesis: Comparaciones de medias de varias poblaciones, es decir, contrastar hipótesis referidas a la diferencia entre dos o más medias. En el Contraste de igualdad de dos medias para muestras independientes no se cumplen los supuestos de normalidad y homocedasticidad, y no es apropiado utilizar la prueba T porque el nivel de medida de los datos es ordinal. Resultando pues la prueba U de Mann-Whitney es una excelente alternativa no paramétrica a la prueba T sobre diferencia de dos medias independientes.

En los resultados del contraste observamos el valor del estadístico U de Mann-Whitney junto con su p-valor o significación (Sig.). Procediendo de forma análoga a como venimos haciendo para el resto de contrastes, si la significación obtenida es menor que 0.05 se dice que existen diferencias significativas entre los grupos comparados. En caso contrario, si el p-valor es mayor que 0.05 aceptaremos la hipótesis nula de igualdad de dos medias, o lo que es lo mismo el contraste ha resultado no significativo.

Contraste de igualdad de más de dos medias para muestras independientes. Cuando se cumplen los supuestos en los que se basa el estadístico F, la potencia de este es mayor que la que es posible alcanzar con el estadístico H de Kruskal-Wallis.

En los resultados del contraste observamos el valor del estadístico de Kruskal-Wallis junto con su p-valor o significación (Sig.). Si la significación

obtenida es menor que 0.05 se dice que existen diferencias significativas entre los grupos comparados. En caso contrario, si el p-valor es mayor que 0.05, no se puede rechazar la hipótesis nula de igualdad entre los dos promedios contrastados.

2. Resultados del cuestionario para chicos.

Como hemos indicado anteriormente, en nuestra investigación aparecen dos cuestionarios validados ambos en un estudio anterior; uno para chicos que consta de 20 preguntas, y otro para chicas de 21 preguntas. Con los datos obtenidos pretendemos comprobar si las dimensiones seleccionadas guardan relación alguna con la implicación de los alumnos en las clases de Educación Física y en caso de conformarse esta correspondencia o vínculo determinar cuál de ellas tiene mayor peso. Del mismo modo, los datos recogidos por los cuestionarios nos ayudarán a establecer diferencias (si existiesen) entre chicos y chicas, edades, entre centros públicos y privados y entre diferentes estratos socioeconómicos.

Para el estudio se procedió a realizar el análisis utilizando el programa estadístico PASW v18.0. De esta manera surgen los datos que a continuación se detallan.

A continuación se expondrán los resultados obtenidos tras la aplicación del cuestionario, llevándose a cabo un análisis descriptivo de cada uno de los ítems que componen nuestro instrumento de recogida de datos, de las dimensiones respecto al curso, al sexo, a la edad de los participantes,

contrastes de independencia entre variables y contrastes de hipótesis, Comparaciones de medias de varias poblaciones.

2.1. Análisis descriptivo de los factores psicológicos.

En este punto de la investigación, llevaremos a cabo un análisis detallado en cada uno de los ítems que componen los cuestionarios. El propósito de ello es caracterizar tal como son cada una de las cuestiones planteadas al alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en referencia a las diferentes dimensiones que puedan afectar a la implicación en las clases de Educación Física. Detallar la frecuencia de sus contestaciones, analizar posibles diferencias. A continuación presentamos los datos a través de diagramas de barras y tablas.

2.1.1. La motivación.

En la tabla 4 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, motivación del cuestionario de chicos. En cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis. Con ello pretendemos dar respuesta a lo que opinan los alumnos intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.*

Tabla 4. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
1 ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física.	501	1497	2,99	,810	,656	-,152	,218
2 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a los chicos en clase?	497	1443	2,90	,943	,890	-,805	,219
3 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	495	1451	2,93	,977	,955	-,780	,219
N válido (según lista)	493						

En el ítem 1 de la dimensión motivación, ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física? Los chicos que han participado en nuestra investigación se sienten bastante motivados con las actividades que se plantean en las clases de Educación Física.

En la pregunta 2 de la dimensión motivación, ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a los chicos en clase? De nuevo, los alumnos participantes en nuestro estudio, consideran positiva la actitud del profesor, encargándose de motivar a los alumnos en las clases de Educación Física.

En el ítem 3 de la dimensión motivación, ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase? Según el resultado de

nuestra encuesta, los chicos consideran que el profesor motiva bastante a las chicas, incluso opinan que un poco más que a los chicos, aunque la diferencia en los resultados no es relevante.

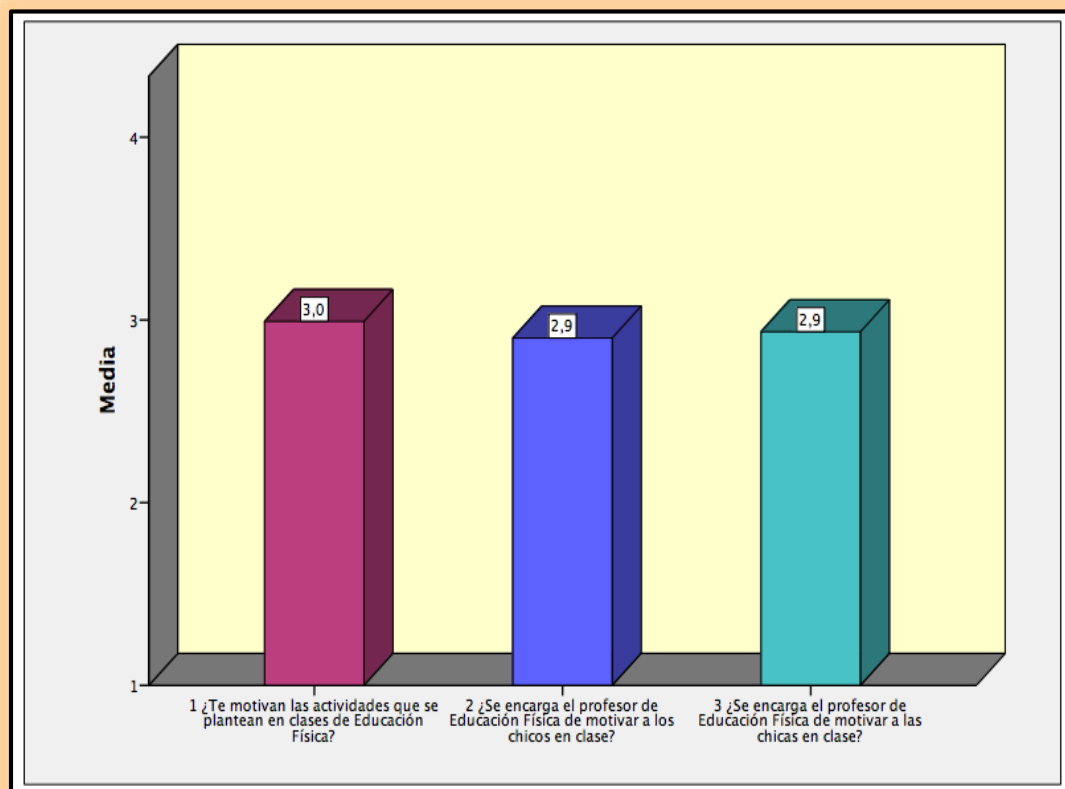


Figura 5. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación.

Por tanto, podemos observar en la figura 5 cómo las tres preguntas referidas a la motivación, superan la media, considerándose de esta forma que los elementos como las actividades planteadas en las clases y la actitud del propio docente, motivan a los alumnos positivamente.

2.1.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

En la tabla 5 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, salud del cuestionario de chicos . En cada una de las preguntas, al igual que en las dimensiones anteriormente estudiadas, analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opina el alumnado masculino interviniente en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.* Destacamos.

Tabla 5. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
11 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	491	1749	3,56	,662	,438	1,616	,220
12 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la diabetes.	488	1478	3,03	,910	,829	-,566	,221

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
13 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la depresión psíquica.	484	1517	3,13	,878	,771	-,472	,222
N válido (según lista)	482						

El ítem 11 correspondiente a la dimensión salud, Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón. Según el resultado, los alumnos consideran que la práctica deportiva puede beneficiar bastante en lo referente al corazón.

El ítem 12 correspondiente a la dimensión salud, Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la diabetes. De nuevo, los alumnos participantes en nuestro estudio, consideran que el deporte beneficia de manera bastante favorable, para prevenir posibles problemas con los niveles de glucosa en nuestro organismo.

El ítem 13 correspondiente a la dimensión salud, Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la depresión psíquica. Los alumnos encuestados manifiestan que la actividad física ayuda de forma bastante positiva en lo referente al equilibrio emocional.

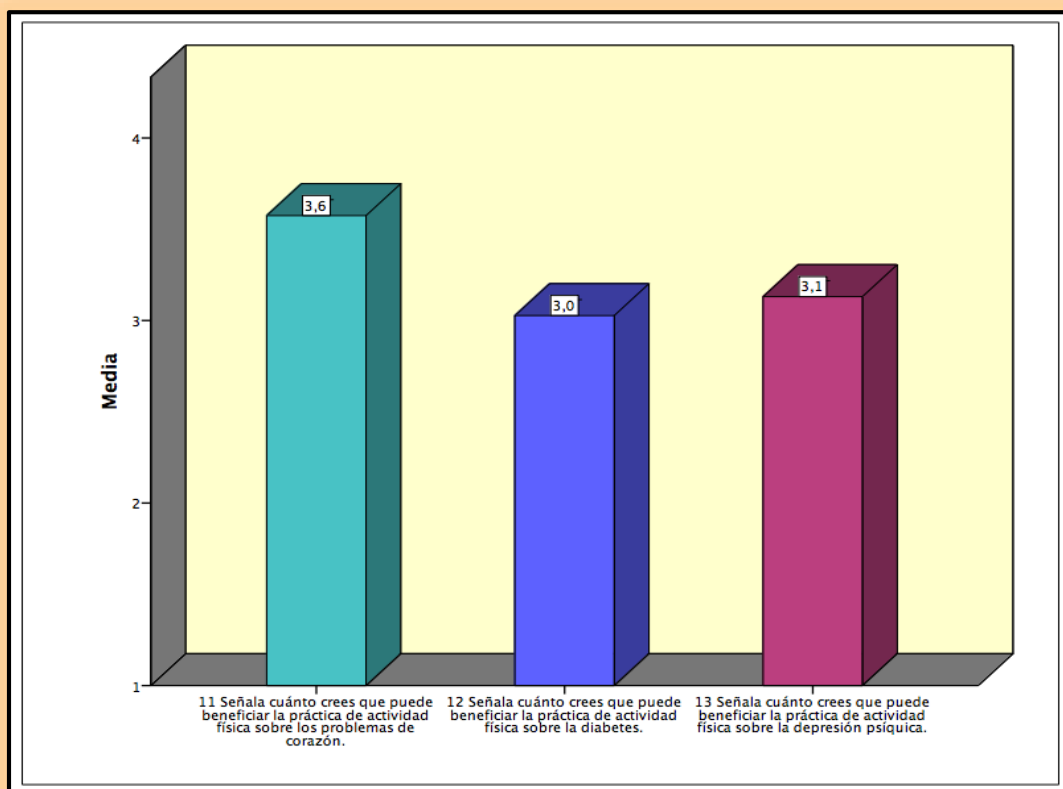


Figura 6. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud.

Las tres cuestiones señaladas en la figura 6 reflejan que los alumnos tienen una actitud bastante positiva sobre los beneficios de la práctica de ejercicio físico para el organismo; sin embargo, destaca la consideración que tienen a cerca de cómo influye positivamente este ejercicio en el corazón. Tal vez, porque los medios y la publicidad de determinados productos hacen bastante hincapié en la importancia del deporte para tener un corazón sano y fuerte “quien mueve las piernas, mueve el corazón” antiguo y recurrente eslogan.

2.1.3. La participación de los adolescentes.

En la tabla 6 se muestran los 4 ítems correspondientes a la dimensión, participación del cuestionario para chicos. En cada una de las preguntas

analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan los alumnos y alumnas intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.*

Tabla 6. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
7 Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo?	495	871	1,76	,903	,815	,162	,219
8 Valora cuánto participas en las actividades rítmico-expresivas.	491	1216	2,48	1,035	1,070	-1,166	,220
9 Valora cuánto participas en las actividades físicas en la naturaleza.	489	1443	2,95	,911	,830	-,617	,220
10 Valora cuánto participas en actividades gimnásticas.	483	1283	2,66	1,052	1,106	-1,140	,222
N válido (según lista)	476						

El ítem 7 correspondiente a la dimensión participación, Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo? Los alumnos encuestados responden que entre poco y nada

dejan de hacer ejercicio cuando el profesor no los está mirando, así pues, este hecho refleja una actitud positiva de los alumnos en las clases prácticas.

El ítem 8 correspondiente a la dimensión participación, Valora cuánto participas en las actividades rítmico-expresiva. Los alumnos participantes en nuestro estudio reflejan, según sus respuestas, que participan por encima de la media en estas actividades.

El ítem 9 correspondiente a la dimensión participación, Valora cuánto participas en las actividades físicas en la naturaleza. Los encuestados manifiestan que participan bastante en este tipo de actividades.

El ítem 10 correspondiente a la dimensión participación Valora cuánto participas en actividades gimnásticas. Los alumnos que han participado en nuestro estudio, también tienen una actitud positiva ante las actividades gimnásticas, superando la media en la participación.

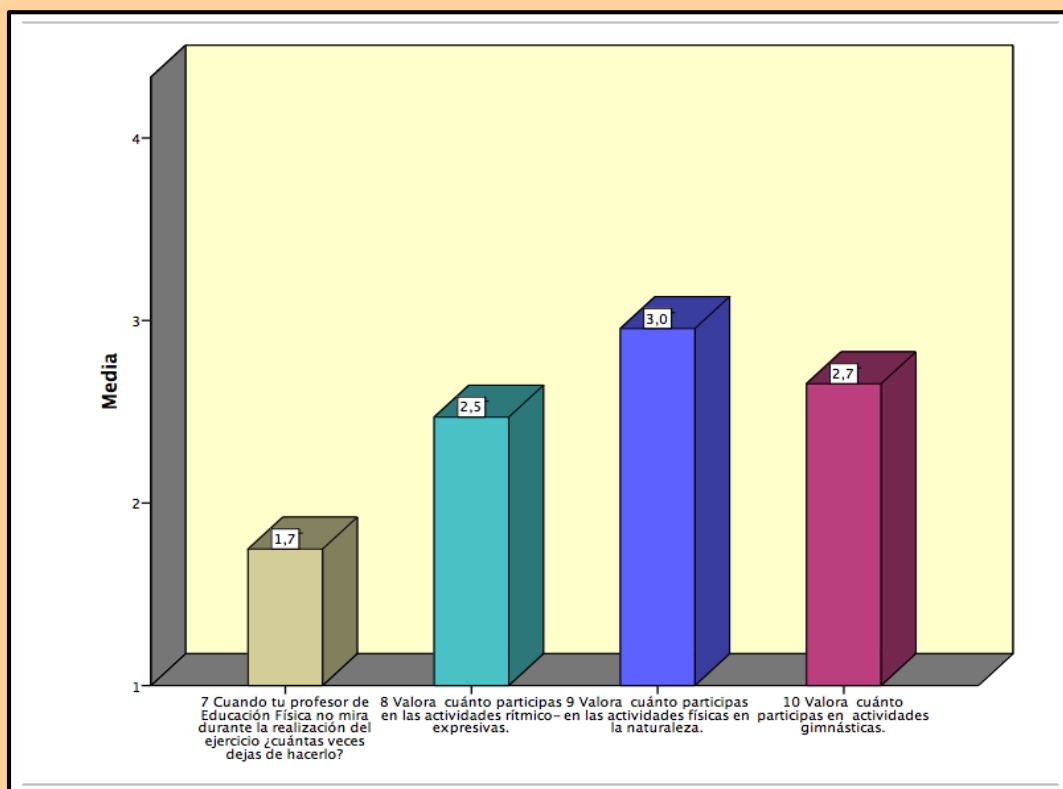


Figura 7. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación.

Los resultados de la figura 7 nos reflejan cómo hay un compromiso en la participación de los alumnos en las clases, ya que la mayoría continúa realizando la actividad aunque su profesor no los esté mirando en ese momento. Por otro lado, podemos observar cómo las actividades físicas en la naturaleza son las que más los motivan y que, por otra parte, aun superando la media, con las actividades rítmico-expresivas se sienten menos implicados.

2.1.4. El profesor y las clases de Educación Física.

En la tabla 7 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física. En cada una de las preguntas analizamos al igual que en las dimensiones anteriores la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan los alumnos intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.* Destacamos.

Tabla 7. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
18 ¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	492	1140	2,32	1,106	1,223	-1,270	,220
19 ¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	490	1074	2,19	1,097	1,202	-1,186	,220
20 ¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	488	1038	2,13	1,091	1,191	-1,111	,221
N válido (según lista)	486						

El ítem 18 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? Muchos los alumnos encuestados cambiarían la manera de dar las clases del profesor de Educación Física.

El ítem 19 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? La media de los alumnos que han participado en el estudio, también considera que cambiarían la forma de evaluar.

El ítem 20 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? Según los resultados, las explicaciones del profesor, también serían cambiadas por un buen número de los alumnos encuestados.

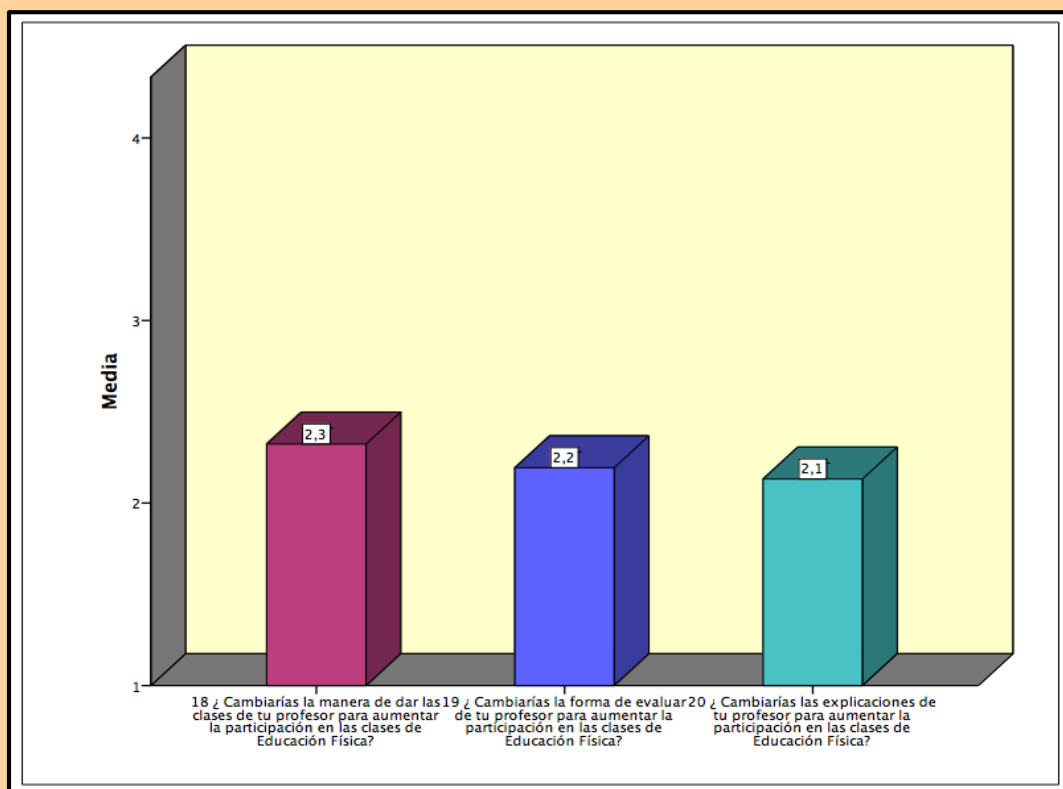


Figura 8. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física.

Los resultados reflejados en la figura 8, muestran que la media se supera levemente, así pues los alumnos solo destacan ligeramente la necesidad de modificar la manera de dar las clases del profesor. Por tanto, al parecer ni la manera de dar las clases, ni la forma de evaluar, ni las explicaciones del profesor, son los motivos contundentes que participen, de manera clara, en la implicación de los alumnos en las clases de Educación Física.

2.2. Análisis descriptivo de los factores sociales.

2.2.1. La clase social, estatus socioeconómico.

En la tabla 8 se muestran los 4 ítems correspondientes a la dimensión, clase social. En cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello pretendemos dar respuesta a lo que opinan los alumnos intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación.*

Tabla 8. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
14 ¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	490	1070	2,18	1,013	1,025	-1,029	,220
15 ¿Piensas que un mayor nivel económico ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	490	1117	2,28	1,082	1,171	-1,278	,220
16 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	487	1093	2,24	1,022	1,045	-1,134	,221
17 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	482	1164	2,41	1,029	1,058	-1,142	,222
N válido (según lista)	478						

El ítem 14 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física? . Según

el resultado de nuestra encuesta, un porcentaje mínimo de la media, considera que en los colegios privados se participa más.

El ítem 15 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que un mayor nivel económico ayuda a participar más en las clase de Educación Física? En lo referente a la clase social, la encuesta manifiesta que poco más de la media de los alumnos participantes, considera que el nivel socioeconómico influye en la participación dentro del ámbito escolar.

El ítem 16 correspondiente a la dimensión clase social , ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clase de Educación Física? De la misma forma, la media es ligeramente superada en este apartado, así pues, consideran que levemente el nivel cultural, influye en la participación de los alumnos en las clases de Educación física.

El ítem 17 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio? Este es el ítem que más destaca sobre la media, por tanto, los alumnos consideran que el nivel cultural sí que influye en las actividades deportivas realizadas fuera del centro escolar.

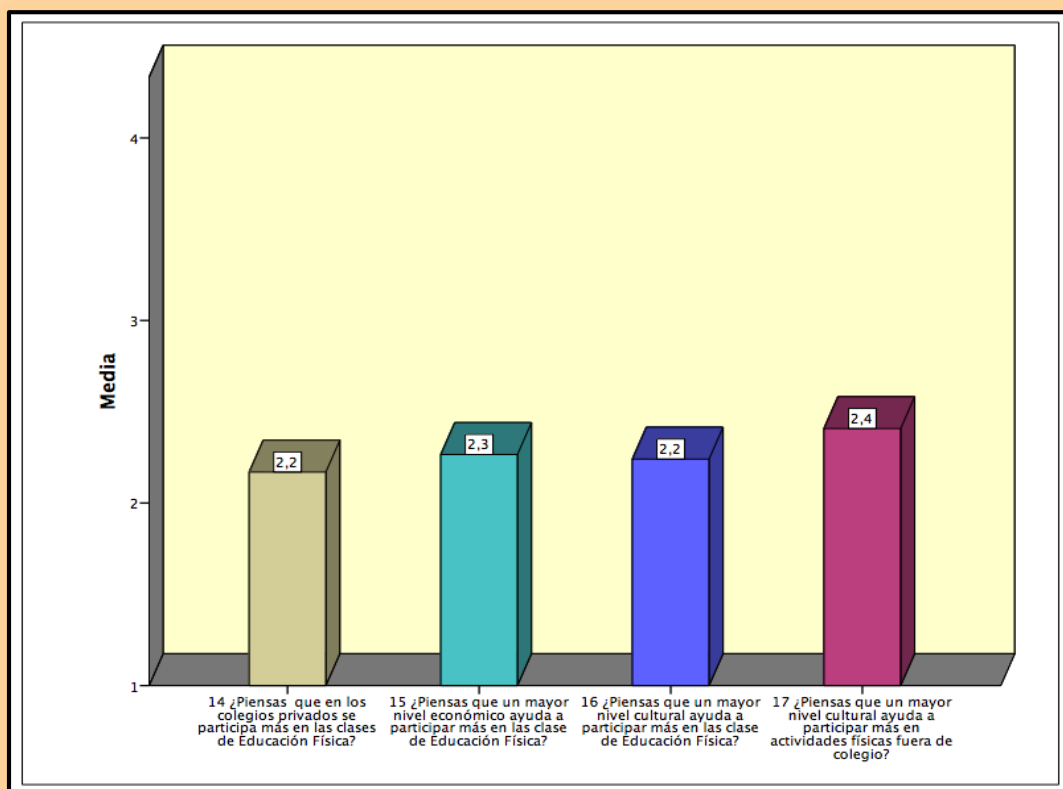


Figura 9. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social.

En la figura 9 podemos ver cómo los alumnos encuestados destacan ligeramente el hecho de que al poseer un mayor nivel cultural, de alguna forma, se potencia más la realización de actividades deportivas fuera del ámbito escolar, y consideran que nos existen grandes diferencias entre centros públicos y privados, a la hora de relacionarlos con la implicación que el alumno tenga hacia la asignatura de Educación Física.

2.2.2. El ocio.

En la tabla 9 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, ocio, en cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan los intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.* Destaca

Tabla 9. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
4 ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	498	1543	3,10	,837	,701	-,476	,218
5 ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	496	1481	2,99	,895	,802	-,568	,219
6 Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	490	1364	2,78	,994	,988	-1,007	,220
N válido (según lista)	488						

El ítem 4 correspondiente a la dimensión ocio, ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte? Los resultados de los alumnos encuestados nos dejan ver que realizan bastante actividad física, superando considerablemente la media.

El ítem 5 correspondiente a la dimensión ocio, ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio? De nuevo, tras los

resultados podemos observar que la práctica deportiva fuera del horario escolar, también es bastante.

El ítem 6 correspondiente a la dimensión ocio, Durante el fin de semana ¿practicas actividad física? La realización de actividad física durante del fin de semana, supera de nuevo la media, según los datos de las respuestas de los alumnos que han intervenido en nuestro estudio.

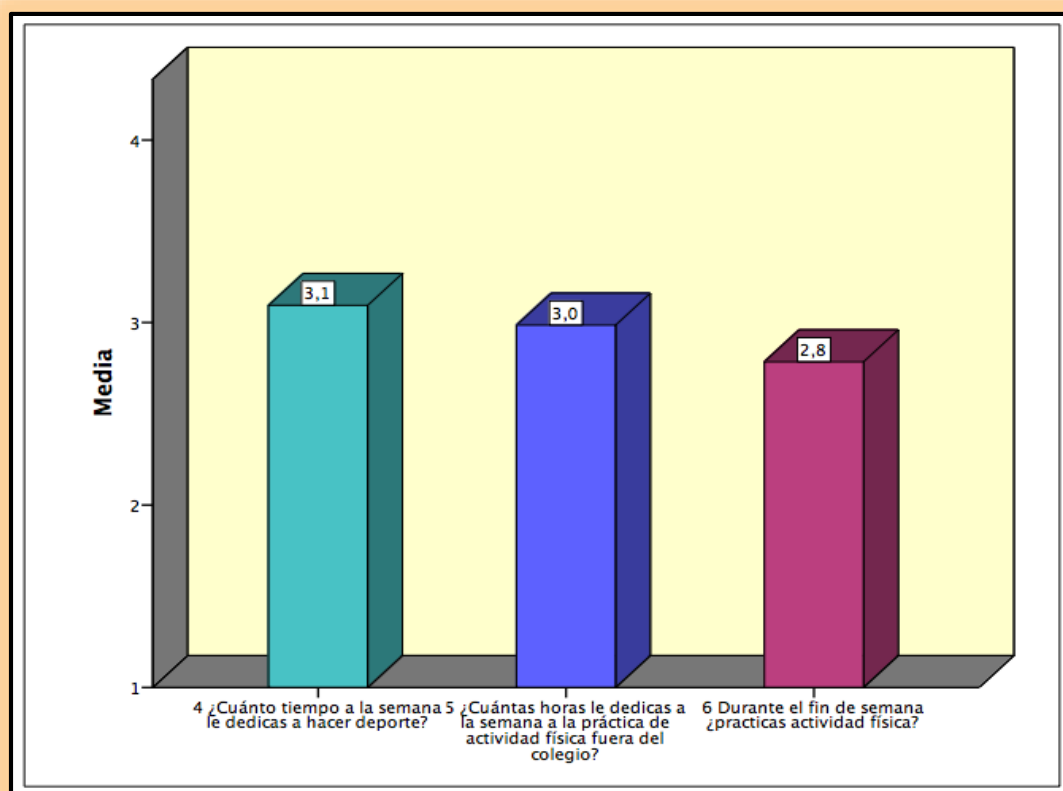


Figura 10. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio.

Los resultados reflejados en la figura 10 son muy significativos, ya que confrontan, de alguna forma, las investigaciones de algunos autores, quienes consideran que la implicación del alumnado en las clases de Educación Física ha disminuido, con los datos presentes en nuestro estudio en donde queda

reflejado que los alumnos participan y se implican bastante en las actividades físicas, dentro y fuera del ámbito escolar.

3. Resultados del cuestionario para chicas.

A continuación se expondrán los resultados obtenidos tras la aplicación del cuestionario para chicas, llevándose a cabo un análisis descriptivo de cada uno de los ítems que componen nuestro instrumento de recogida de datos, de las dimensiones respecto al curso, al sexo, a la edad de los participantes, contrastes de independencia entre variables y contrastes de hipótesis, Comparaciones de medias de varias poblaciones.

3.1. Análisis descriptivo de los factores psicológicos en chicas.

3.1.1. La motivación.

En la tabla 10 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, motivación del cuestionario de chicas. En cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan las alumnas intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física*, destaca, sobre todo ...

Tabla 10. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
1 ¿Te resulta la asignatura de Educación Física divertida?	443	1386	3,13	,775	,601	-,250	,231
2 ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	440	1232	2,80	,841	,707	-,446	,232
3 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	435	1226	2,82	1,026	1,052	-1,035	,234
N válido (según lista)	434						

En el ítem 1 de la dimensión motivación, ¿Te resulta la asignatura de Educación Física divertida? Los datos extraídos de nuestro estudio, reflejan que a las alumnas les resultan bastante divertidas las clases de Educación Física.

En la pregunta 2 de la dimensión motivación, ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física? Según los resultados, las alumnas se sienten bastante motivadas con las actividades planteadas en las clases.

En el ítem 3 de la dimensión motivación, ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase? Las alumnas que han realizado la encuesta, consideran que el profesor las motiva bastante en las clases de Educación Física.

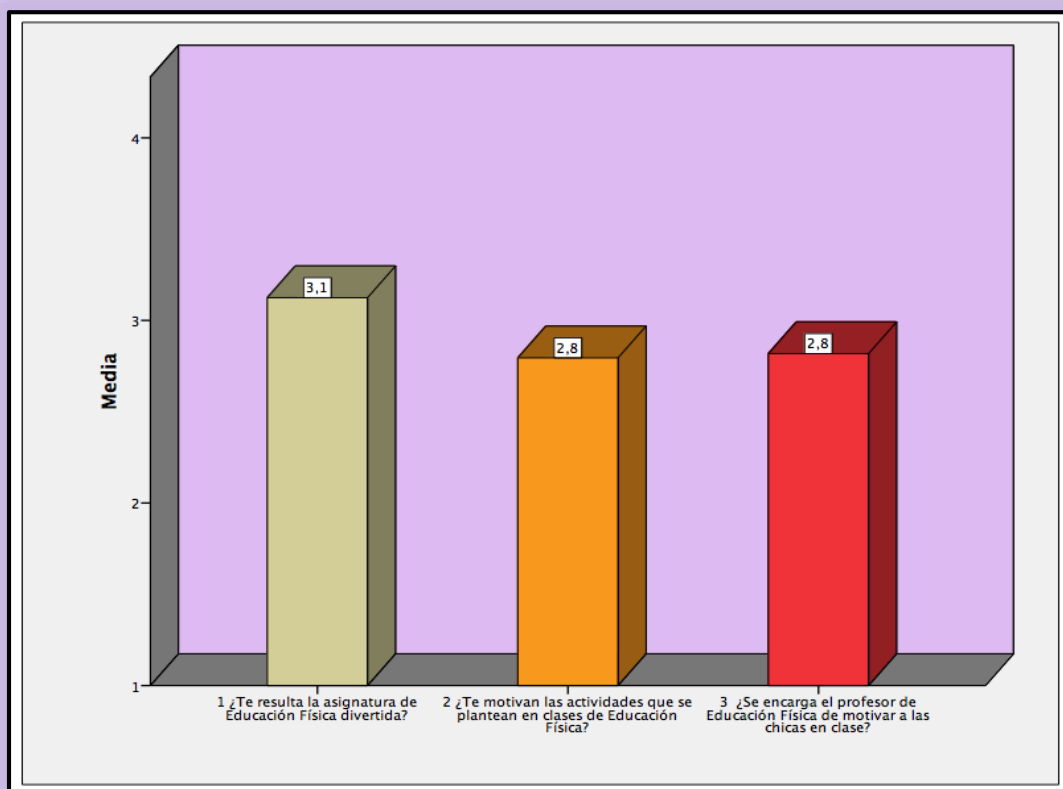


Figura 11. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión motivación.

En la figura 11 se refleja, que las alumnas están bastante motivadas ante nuestra asignatura, tanto en lo referente a las actividades programadas, como en lo que se refiere a la actitud del profesor, quien se encarga de motivar bastante a las alumnas encuestadas. Así pues, las alumnas presentan una actitud positiva ante la asignatura y además, están muy motivadas ante las actividades planteadas, por tanto, la falta de motivación no parece ser la causa de una posible falta de implicación de nuestras alumnas.

3.1.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

En la tabla 11 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, salud del cuestionario de chicas . En cada una de las preguntas, al igual que en las dimensiones anteriormente estudiadas, analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opina el alumnado femenino interviniente en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física*. Destacamos.

Tabla 11. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
11 ¿Piensas que las clases de Educación Física influyen en la mejora de tu salud?	432	1500	3,47	,808	,654	1,683	,234
12 ¿Piensas que la actividad física influirá en un futuro sobre la mejora de tu salud?	431	1533	3,56	,726	,526	2,078	,235
13 ¿Crees que el profesor de Educación Física informa lo suficiente sobre los posibles efectos positivos de la actividad física sobre la salud?	431	1281	2,97	,978	,957	-,764	,235
14 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	427	1507	3,53	,651	,423	,954	,236
N válido (según lista)	426						

El ítem 11 correspondiente a la dimensión salud, ¿Piensas que las clases de Educación Física influyen en la mejora de tu salud? Las alumnas encuestadas consideran que la actividad física resulta bastante beneficiosa para su salud actual, los datos superan mucho la media.

El ítem 12 correspondiente a la dimensión salud, ¿Piensas que la actividad física influirá en un futuro sobre la mejora de tu salud? De nuevo, las alumnas valoran positivamente la realización de actividades físicas para mantener y tener una buena salud en el futuro. Los datos reflejan que las alumnas consideran que el deporte, no sólo es beneficioso para tener una buena salud en el presente, sino que consideran que sus efectos beneficiosos son aun más importantes para tener una buena salud en el futuro.

El ítem 13 correspondiente a la dimensión salud, ¿Crees que el profesor de Educación Física informa lo suficiente sobre los posibles efectos positivos de la actividad física sobre la salud? Los resultados reflejan que el profesor informa bastante sobre los beneficios de la actividad física para la salud, las alumnas encuestadas así lo han manifestado en sus respuestas.

El ítem 14 correspondiente a la dimensión salud, Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.

Las alumnas que han realizado el estudio opinan que la realización de ejercicio físico beneficia bastante en lo referente a los problemas cardíacos.

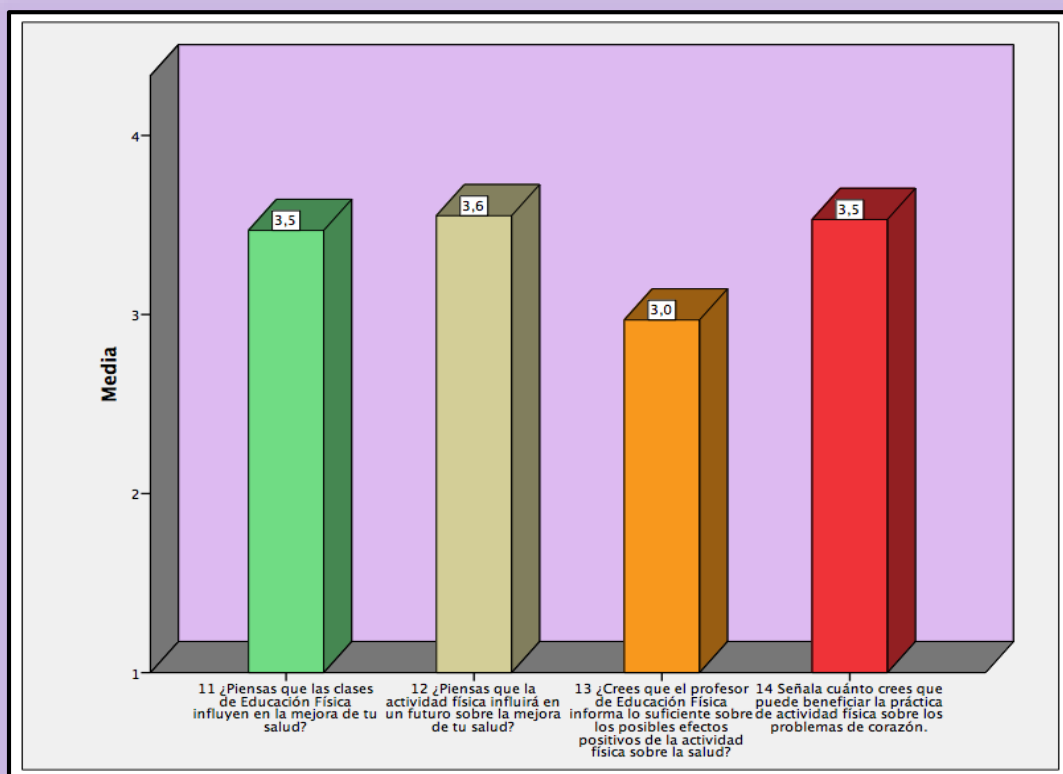


Figura 12. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, salud.

Los resultados presentes en la figura 12 reflejan que las alumnas encuestadas consideran que la práctica de la actividad física, aporta bastantes beneficios en lo referente a la salud actual y futura; además, afirman que la actividad física influye de manera bastante positiva en nuestro corazón y en los posibles problemas cardíacos.

3.1.3. La participación de los adolescentes.

En la tabla 12 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, participación del cuestionario para chicas. En cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar

respuesta a lo que opinan las alumnas intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.*

Tabla 12. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
8 En las clases de Educación Física en la etapa de secundaria participas	432	1318	3,05	,857	,735	-,254	,234
9 Valora cuánto participas en las actividades de juegos y deportes	431	1321	3,06	,841	,707	-,235	,235
10 ¿ Estás de acuerdo en aumentar el número de horas de Educación Física por semana?	430	1326	3,08	1,113	1,238	-,755	,235
N válido (según lista)	428						

El ítem 8 correspondiente a la dimensión participación, En las clases de Educación Física en la etapa de secundaria participas. Las alumnas que han participado en nuestro estudio, consideran que participan bastante en las clases de Educación Física.

El ítem 9 correspondiente a la dimensión participación, Valora cuánto participas en las actividades de juegos y deportes. Las alumnas encuestadas

opinan que participan bastante en las actividades y juegos planteados en las clases de Educación Física.

El ítem 10 correspondiente a la dimensión participación, ¿ Estás de acuerdo en aumentar el número de horas de Educación Física por semana? Las alumnas están bastante de acuerdo en aumentar las horas dedicadas a Educación Física.

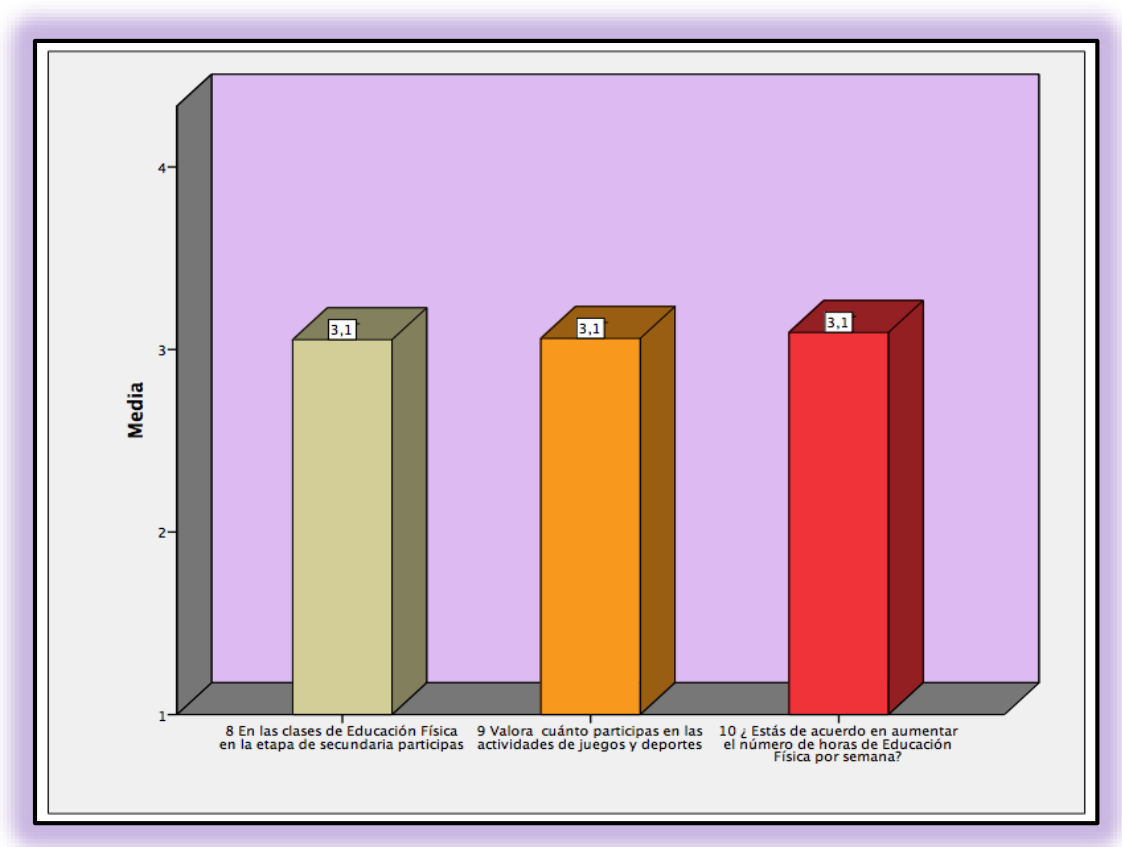


Figura 13. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, participación.

En la figura 13 podemos observar que las alumnas encuestadas valoran de forma muy positiva su participación en las clases de Educación Física, así como su intervención en deportes y juegos planteados en las clases, de tal

manera que muchas de las alumnas encuestadas están de acuerdo en aumentar el número de horas de nuestra asignatura.

3.1.4. El profesor y las clases de Educación Física.

En la tabla 13 se muestran los 4 ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física. En cada una de las preguntas analizamos al igual que en las dimensiones anteriores la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan las alumnas intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.* Destacamos.

Tabla 13. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
18 ¿ Cambiarías el temario de la programación del profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	432	1108	2,56	1,056	1,114	-1,209	,234
19 ¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	429	1008	2,35	1,108	1,228	-1,302	,235

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
20 ¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	431	1004	2,33	1,126	1,268	-1,326	,235
21 ¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	431	961	2,23	1,091	1,191	-1,188	,235
N válido (según lista)	427						

El ítem 18 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías el temario de la programación del profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? Las alumnas que han participado en nuestro estudio consideran que cambiarían la programación para favorecer la participación, aunque no con datos muy significativos.

El ítem 19 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? Las alumnas, según los datos reflejados, cambiarían la manera de dar las clases, pero el resultado no es demasiado elevado.

El ítem 20 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? La forma de evaluar también sería

cambiada por las alumnas que han participado en nuestra encuesta, aunque los datos tampoco son demasiado significativos.

El ítem 21 correspondiente a la dimensión el profesor de Educación Física, ¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física? Las alumnas consideran que las explicaciones del profesor, también deberían cambiar, favoreciendo la participación, pero los datos no son muy llamativos.

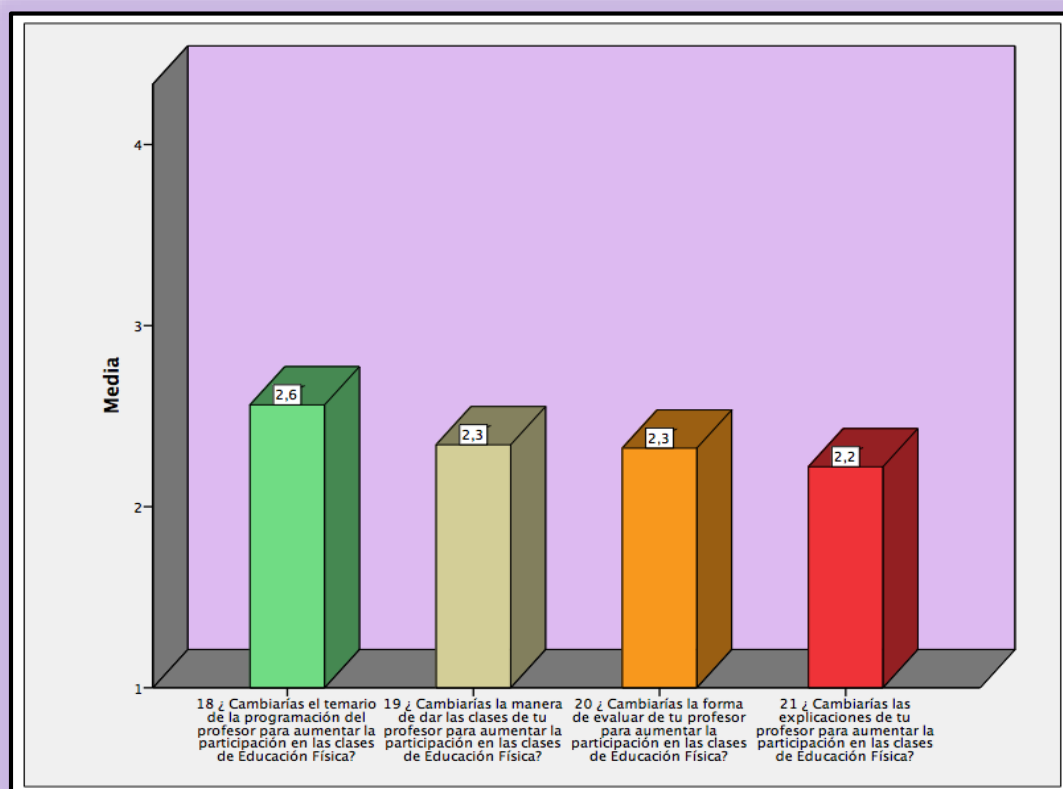


Figura 14. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, el profesor de Educación Física.

Los datos reflejados en la figura 14 nos muestran cómo las alumnas han superado ligerísimamente la media con sus respuestas; la programación, la

metodología, la evaluación y las explicaciones del profesor tendrían que cambiar, pero los datos no han sido demasiado significativos. Por tanto, podemos deducir que estos factores no influyen de manera negativa, al menos de forma relevante, en la posible escasa participación de las alumnas en las clases de Educación Física.

3.2. Análisis descriptivo de los factores sociales.

3.2.1. La clase social, estatus socioeconómico.

En la tabla 14 se muestran los 3 ítems correspondientes a la dimensión, clase social. En cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello pretendemos dar respuesta a lo que opinan las alumnas intervinientes en nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.*

Tabla 14. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
15 ¿Piensas que los alumnos de los colegios privados participan más en las clases de Educación Física?	430	937	2,18	,940	,884	-,819	,235

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
16 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	430	974	2,27	,975	,951	-,973	,235
17 ¿Piensas que un mayor nivel de cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera del colegio?	426	1005	2,36	,973	,946	-1,016	,236
N válido (según lista)	424						

El ítem 15 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que los alumnos de los colegios privados participan más en las clases de Educación Física? Las respuestas referidas a esta pregunta reflejan que las alumnas opinan que en los colegios privados se participa más, pero sólo ligeramente.

El ítem 16 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física? Según los resultados, las alumnas consideran que el nivel cultural influye algo, aunque poco, en la participación en las clases de Educación Física.

El ítem 17 correspondiente a la dimensión clase social, ¿Piensas que un mayor nivel de cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera del colegio? Para las alumnas que han intervenido en nuestro estudio, el nivel cultural influye en la participación de actividades físicas fuera del ámbito escolar, aunque también ligeramente.

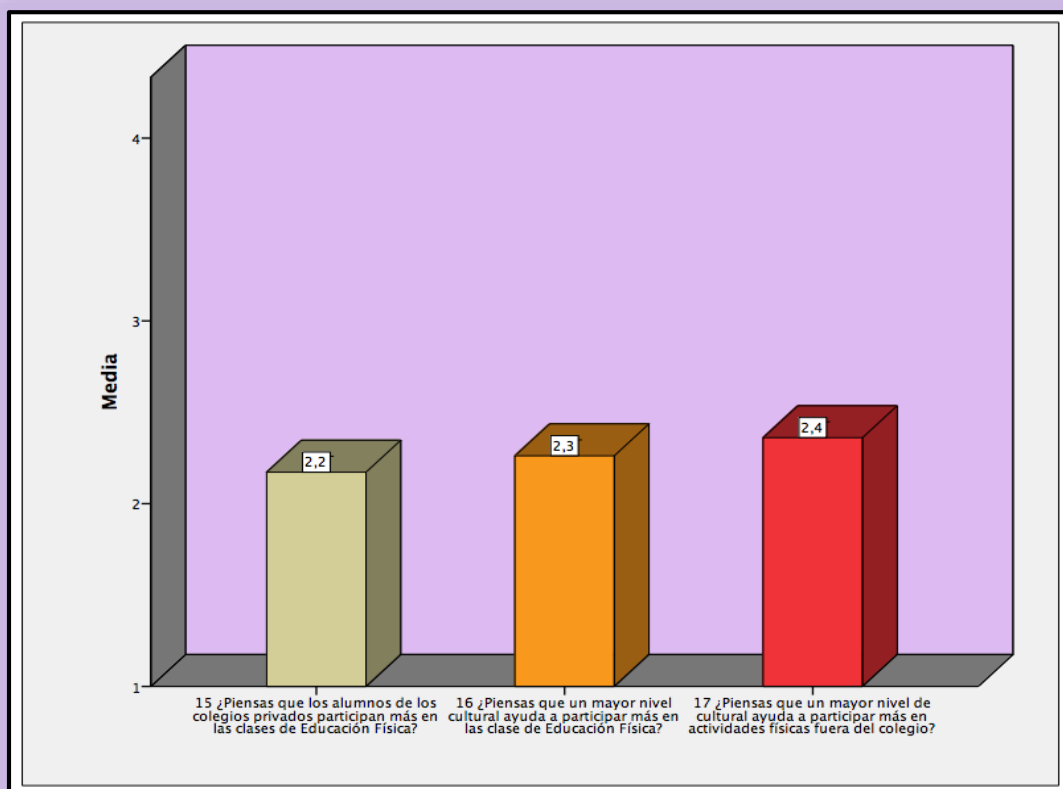


Figura 15. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión, clase social.

Los datos expuestos en esta figura 15 reflejan que la participación de las alumnas en los colegios privados y con un nivel cultural elevado, es levemente mayor, según la opinión de las alumnas que han participado en nuestro estudio. Sin embargo, los datos no son demasiado significativos, ya que superan escasamente la media.

3.2.2. *El ocio.*

En la tabla 15 se muestran los 4 ítems correspondientes a la dimensión, ocio, en cada una de las preguntas analizamos la media, desviación típica, asimetría, curtosis y pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-wilk. Con ello, pretendemos dar respuesta a lo que opinan los intervinientes en

nuestro estudio. Respecto la hipótesis 2 planteada en la investigación: *Existen dimensiones o variables que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física.*

Tabla 15. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio.

	N	Suma	Media	Desv. típ.	Varianza	Curtosis	Error típico
4 ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	436	1120	2,57	,901	,811	-,827	,233
5 ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	434	1041	2,40	,973	,947	-,939	,234
6 Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	427	918	2,15	1,021	1,043	-1,005	,236
7 Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas organizadas? (club, gimnasio...)	429	1216	2,83	1,047	1,096	-1,046	,235
N válido (según lista)	422						

El ítem 4 correspondiente a la dimensión ocio, ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte? Las alumnas que han intervenido en nuestro estudio, consideran que dedican bastante tiempo a la actividad física, siendo mayor el tiempo dedicado dentro del ámbito escolar que fuera de él.

El ítem 5 correspondiente a la dimensión ocio, ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio? Según los

resultados, las alumnas opinan que también realizan bastante actividad física fuera del IES, aunque un poco menos que dentro de éste.

El ítem 6 correspondiente a la dimensión ocio, Durante el fin de semana ¿practicar actividad física? Durante el fin de semana, las alumnas no practican mucho deporte, aunque se supera ligeramente la media, pero este dato no resulta significativo.

El ítem 7 correspondiente a la dimensión ocio, Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas organizadas? (club, gimnasio...) Los resultados obtenidos, determinan que las alumnas encuestadas se decantan bastante por la realización de actividades físicas impartidas en gimnasios y clubs, superando bastante la media. Por tanto, queda patente que les divierten mucho este tipo de actividades, impartidas fuera del centro escolar.

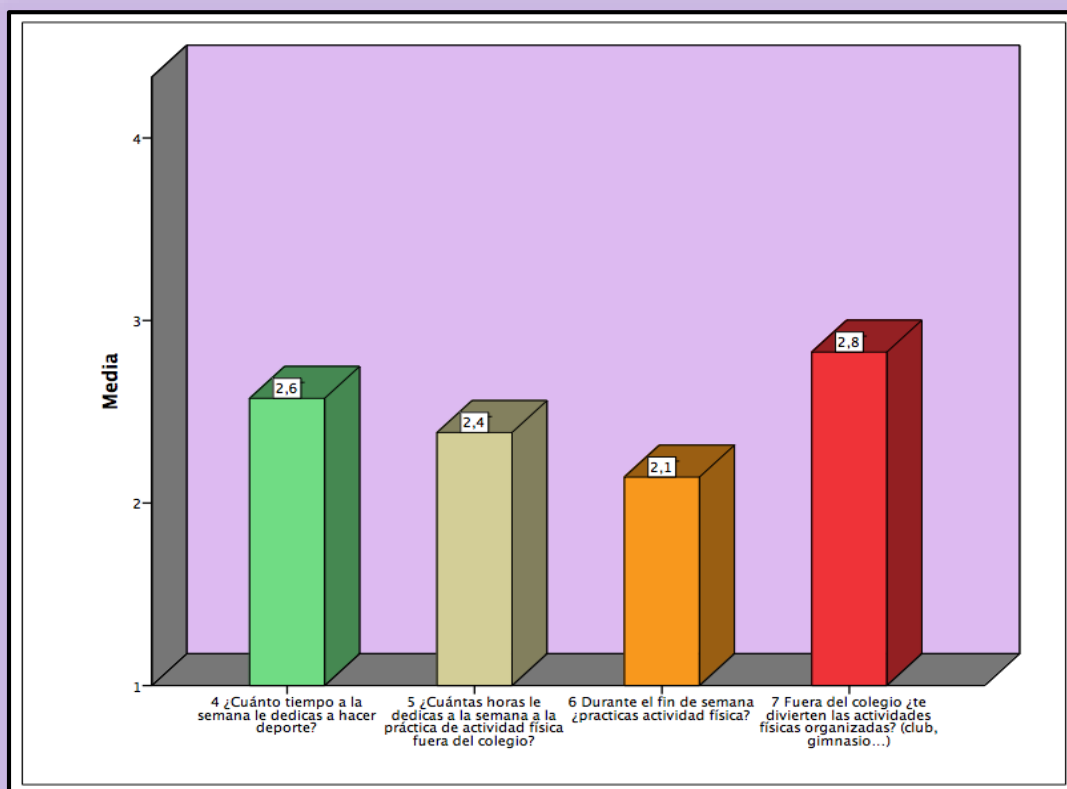


Figura 16. Análisis descriptivo de los ítems correspondientes a la dimensión ocio.

En esta figura 16, resulta llamativo cómo las alumnas prefieren las actividades físicas impartidas en gimnasios o clubs, en definitiva, fuera del ámbito escolar, tal vez por entender estas actividades como puro ocio, diversión y evasión, mientras que las relacionadas con el IES superan poco la media, tal vez por considerarlas dentro del contexto académico.

4. Análisis comparativo de los resultados.

En este punto de la investigación vamos a establecer comparaciones entre los resultados obtenidos por diversas poblaciones: entre chicos y chicas, centros públicos y privados, por edad, entre cursos y por último estableceremos

un análisis comparativo entre las medias obtenidas respecto a la implicación de hombres y mujeres.

4.1. Comparación entre chicos y chicas.

A continuación vamos a llevar a cabo un estudio comparativo entre ambos géneros, con el objetivo de establecer posibles diferencias en cada una de las dimensiones.

En la figura 17 podemos observar el volumen de chicos y chicas intervinientes en nuestra investigación. El número de alumnos encuestados supera al número de alumnas.

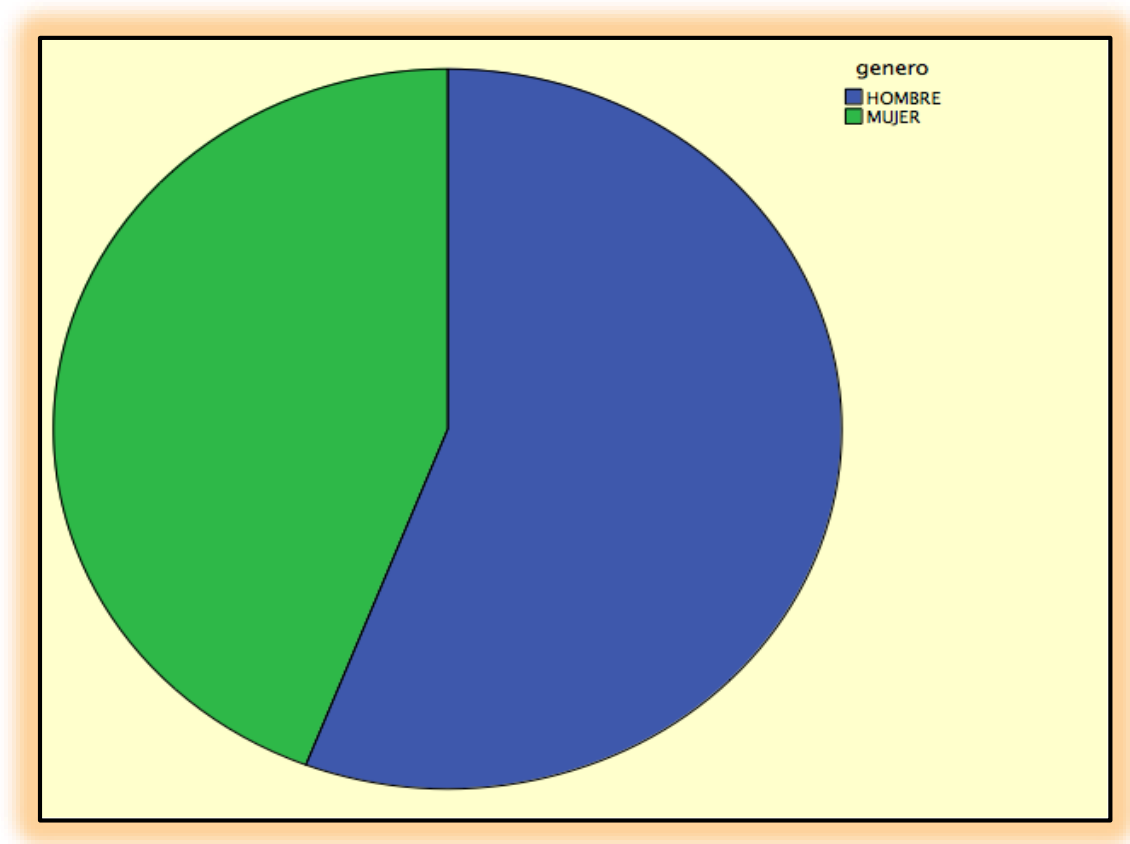


Figura 17. Relación de alumnos y alumnas encuestadas.

En la figura 18 que exponemos a continuación únicamente se han analizado los ítems comunes que se dan entre los cuestionarios de mujeres y hombres, ya que son estos los únicos que podemos comparar.

Fijándonos detenidamente en la figura, podemos observar que en todas las preguntas planteadas al alumnado existen diferencias entre las respuestas ofrecidas por los alumnos y las manifestadas por las alumnas, pero algunos resultados son más significativos que otros. El resultado más llamativo, quizás sea el referido al ítem ¿ Cuántas horas dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?, en este caso la diferencia es evidente, siendo los alumnos los que dedican más horas a la práctica de la actividad física fuera de del ámbito escolar. Otra pregunta que ofrece una diferencia en la respuesta, según sea contestada por los alumnos o las alumnas, es la que propone cambiar las explicaciones del profesor para aumentar la participación; en este caso, las alumnas encuestadas superan ligeramente con sus respuestas a los alumnos, considerando las chicas que deben cambiarse dichas explicaciones, en mayor medida que los chicos participantes. Este dato resulta llamativo, ya que según algunos estudios las chicas son más reacias a la hora de participar en las actividades físicas propuestas por el profesor, siendo los chicos más participativos; sin embargo, el análisis de nuestro resultado difiere algo en lo demostrado en los estudios anteriormente mencionados, pues son las chicas encuestadas las que, en mayor medida que los chicos, quieren cambiar las explicaciones del profesor, a favor de una mayor participación de las mismas en las clases.

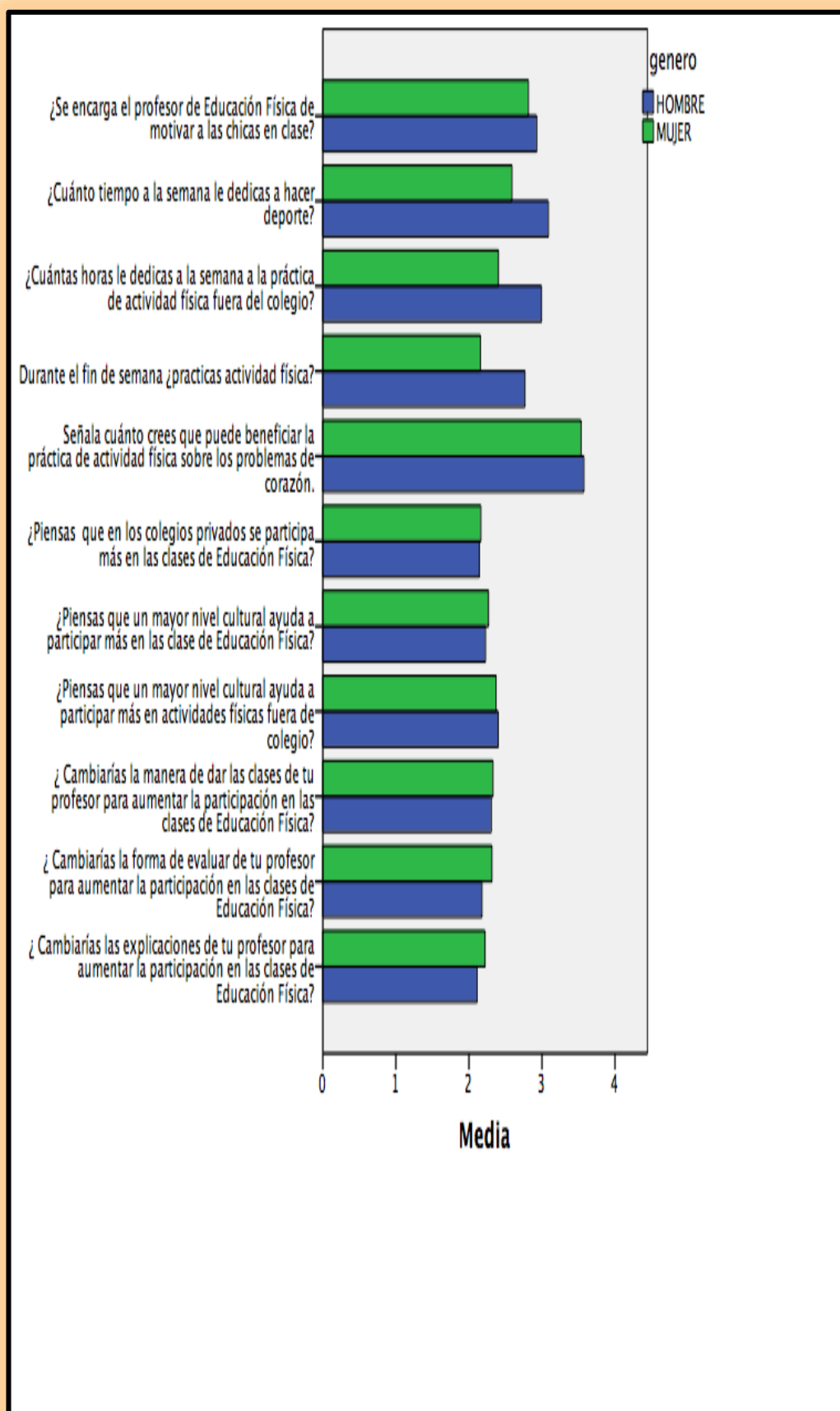


Figura 18. Comparación entre chicos y chicas.

En la tabla 16 se nos presentan las diferencias, referentes a las cuestiones comunes realizadas, existentes entre las repuestas dadas por los chicos y por las chicas que han efectuado nuestro cuestionario.

Existen tres preguntas que destacan por ser muy significativas las diferencias entre lo contestado por las chicas y lo respondido por los chicos, siendo las repuestas relevantes a favor de las chicas encuestadas. Éstas son: ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?, ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?, Durante el fin de semana, ¿Practicas actividad física?. Con ello podemos decir que las chicas de nuestra investigación manifiestan dedicar mayor tiempo que los chicos a hacer deporte, del mismo modo emplean mayor número de horas a la semana a practicar actividad física y durante el fin de semana.

Los resultados referidos al resto de las preguntas planteadas no son significativos.

4. 2. Comparación entre centros públicos y privados.

En la tabla 17 podemos observar las preguntas comunes a los dos cuestionarios realizados a centros públicos y privados. También podemos ver la prueba estadística aplicada para obtener dichos resultados; en ella se reflejan las diferencias significativas o muy significativas entre los dos tipos de centros.

En primer lugar, vamos a mencionar la diferencia muy significativa presente en la pregunta ¿ Se encarga el profesor de educación física de motivar a las chicas en clase? , en este caso la diferencia que se refleja entre centro públicos y privados es muy significativa, destacando el hecho de que en los

centros privados se considera que el profesor de educación física motiva más a las alumnas que el profesor de los centros públicos encuestados. Posteriormente, vamos a comentar las diferencias significativas, destacando en las siguientes preguntas realizadas: ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?, ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?, Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón, ¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de educación física?, ¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de educación física?, ¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de educación física?. En el resto de preguntas realizadas, no existe nada destacable que comentar

4.3. Comparación por edad.

En la tabla 18 se presentan las diferencias que se establecen, tomando como referencia la edad de los alumnos que han intervenido en nuestro estudio. Existen ocho preguntas que presentan diferencias muy significativas, mientras que en el resto de los ítems presentes no existen diferencias

4.4. Comparación entre cursos.

En la tabla 19 se nos muestran las diferencias presentes por curso, según los alumnos que han sido encuestados. Encontramos seis preguntas que muestran diferencias muy significativas, dos ítems con diferencias

significativas, siendo éstos: ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?, ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera del colegio?. En el resto de las preguntas formuladas no existen diferencias.

Tabla 16. Estadísticos de contraste. Prueba de Mann-Whitney. Comparación entre hombres y mujeres.

	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	¿Cuántas horas le dedicas a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?
U de Mann-Whitney	101355,500	73331,500	71686,000	69593,000	101195,500	104815,000	103278,500	99778,000	103790,000	98428,500	99378,000
W de Wilcoxon	196185,500	168597,500	166081,000	160971,000	192573,500	225110,000	222106,500	190729,000	225068,000	218723,500	218694,000
Z	-1,613	-8,998	-9,169	-9,058	-1,065	-,139	-,371	-,761	-,448	-1,847	-1,502
Sig. asintót. (bilateral)	,107	,000	,000	,000	,287	,890	,711	,446	,654	,065	,133

a. Variable de agrupación: Sexo

Tabla 17. Estadísticos de contraste. Mann-whitney. Comparación entre centros públicos y privados.

	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Durante la fin de semana ¿practicar actividad física?	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las actividades físicas fuera de colegio?	¿Cambiarías la manera de dar las clases de profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?
U de Mann-Whitney	76425,000	86273,500	84785,000	87117,000	87850,000	90477,000	93737,000	89528,000	86990,000	82150,500	82232,000
W de Wilcoxon	265230,000	276309,500	272363,000	269223,000	268751,000	140247,000	143507,000	265649,000	136131,000	131291,500	131687,000
Z	-5,261	-2,908	-3,133	-1,820	-2,015	-1,189	-,166	-,829	-2,091	-3,417	-3,368
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,004	,002	,069	,044	,234	,868	,407	,036	,001	,001

a. Variable de agrupación: Tipo de Centro

Tabla 18. Estadísticos de contraste. Prueba de Kruskal-Wallis.Comparación por edad.

	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?
Chi-cuadrado	54,287	39,824	24,547	29,900	7,039	29,515	17,540	10,713	69,874	49,213	47,280
gl	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Sig. asintót.	,000	,000	,000	,000	,317	,000	,007	,098	,000	,000	,000

a. Prueba de Kruskal-Wallis

b. Variable de agrupación: Edad

Tabla 19. Estadísticos de contraste. Prueba de Kruskal-Wallis.Comparación por curso.

	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?
Chi-cuadrado	43,188	22,917	13,077	34,708	1,490	3,421	6,931	10,739	35,626	20,981	23,074
Gl	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Sig. asintót.	,000	,000	,004	,000	,685	,331	,074	,013	,000	,000	,000

a. Prueba de Kruskal-Wallis

b. Variable de agrupación: Curso

4.5. Comparación de medias respecto a la implicación entre hombres y mujeres.

Si entendemos la implicación como la suma de todas y cada una de las dimensiones seleccionadas, podemos comprobar como en la tabla que se expone a continuación quedan reflejadas las medias obtenidas tanto en los chicos como en las chicas

Tabla 20. Comparación de medias respecto a la implicación entre hombres y mujeres.

		Implicación Hombre	Implicación Mujeres
N	Válidos	502	443
	Perdidos	612	671
Media		2,6552	2,7622
Mínimo		1,70	1,00
Máximo		4,00	4,00

En esta tabla se refleja el nivel de implicación que existe bien por parte de los chicos, bien por parte de las chicas. En ella podemos observar cómo en ambos sexos la implicación supera la media: 2,6552 para los chicos y 2,7622 para las chicas, por lo que el resultado de implicación por parte de nuestros alumnos encuestados es ligeramente mayor en el género femenino respecto al masculino.

5. Análisis correlacional.

En la tabla que a continuación se expone quedan reflejadas las correlaciones de cada uno de las dimensiones estudiadas respecto a la implicación de las alumnas de Educación Secundaria Obligatoria. Estos datos se obtuvieron una vez realizado el estudio de independencia entre las variables.

A nivel general podemos observar que existe una correlación significativa en todos los ítems y en todas las dimensiones, destacando especialmente aquellos relacionados con la dimensión ocio y participación.

Centrándonos en los ítem de manera aislada destacan aquellos que hacen referencia al hecho de estar de acuerdo en incrementar el número de horas semanales para aumentar la implicación y el de realizar actividades físicas durante el fin de semana. Aquellos que menos correlación tienen se refieren a la manera de dar las clases y a la forma de evaluar del profesor.

Tabla 21. Correlaciones de las dimensiones respecto a la implicación de las alumna.

		Implicación Mujeres
Rho de Spearman	1 ¿Te resulta la asignatura de Educación Física divertida?	Coeficiente de correlación ,543** Sig. (bilateral) ,000 N 443
	2 ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación ,486** Sig. (bilateral) ,000 N 440
	3 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	Coeficiente de correlación ,327** Sig. (bilateral) ,000 N 435
	4 ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	Coeficiente de correlación ,525** Sig. (bilateral) ,000 N 436
	5 ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Coeficiente de correlación ,528** Sig. (bilateral) ,000 N 434
	6 Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	Coeficiente de correlación ,563** Sig. (bilateral) ,000 N 427
	7 Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas organizadas? (club, gimnasio...)	Coeficiente de correlación ,514** Sig. (bilateral) ,000 N 429
	8 En las clases de Educación Física en la etapa de secundaria participas	Coeficiente de correlación ,482** Sig. (bilateral) ,000 N 432
	9 Valora cuánto participas en las actividades de juegos y deportes	Coeficiente de correlación ,483** Sig. (bilateral) ,000 N 431
	10 ¿Estás de acuerdo en aumentar el número de horas de Educación Física por semana?	Coeficiente de correlación ,568** Sig. (bilateral) ,000 N 430
	11 ¿Piensas que las clases de Educación Física influyen en la mejora de tu salud?	Coeficiente de correlación ,455** Sig. (bilateral) ,000 N 432
	12 ¿Piensas que la actividad física influirá en un futuro sobre la	Coeficiente de correlación ,386**

mejora de tu salud?	Sig. (bilateral)	,000
	N	431
13 ¿Crees que el profesor de Educación Física informa lo suficiente sobre los posibles efectos positivos de la actividad física sobre la salud?	Coeficiente de correlación	,339**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	431
14 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	Coeficiente de correlación	,300**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	427
15 ¿Piensas que los alumnos de los colegios privados participan más en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,283**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	430
16 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en la clase de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,501**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	430
17 ¿Piensas que un mayor nivel de cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera del colegio?	Coeficiente de correlación	,456**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	426
18 ¿Cambiarías el temario de la programación del profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,236**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	432
19 ¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,175**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	429
20 ¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,158**
	Sig. (bilateral)	,001
	N	431
21 ¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,211**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	431
Implicación Mujeres	Coeficiente de correlación	1,000
	Sig. (bilateral)	.
	N	443

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

5.1. Correlaciones de la implicación de las alumnas en los factores psicológicos.

A continuación, vamos a detallar el peso de cada una de las dimensiones psicológicas respecto a la implicación de las alumnas en las clases de Educación Física.

5.1.1.La motivación.

En lo que respecta a la dimensión motivación, observamos una relación muy estrecha entre la percepción que tienen las alumnas en las clases de Educación Física y su nivel de implicación. Las chicas consideran que las clases deben ser divertidas, así como el que las actividades planteadas para el desarrollo de las mismas sean motivadoras. Que el profesor se encargue de motivarlas, es otro factor a tener en cuenta para mejorar el nivel de implicación en las clases.

5.1.2 .Percepción de aspectos saludables del ejercicio

Por otro lado, la percepción que tienen las alumnas sobre los beneficios que la actividad física proporciona sobre la salud, es otro de los factores que ha quedado demostrado que se correlaciona con la implicación de las alumnas en las clases de Educación Física, de hecho, el pensar que nuestras clases influyen en la mejora de la salud, hace que se impliquen más. Es por ello, que el profesor debería informar más de los beneficios que la actividad física tiene

sobre la salud de las alumnas, ya no solo en las clases, sino también de cara al futuro de las mismas

5.1.3. La participación de los adolescentes.

Como expusimos anteriormente, una de las dimensiones que mayor peso tiene sobre la implicación en las alumnas es la participación. Consideran que mantener un nivel elevado de participación en las clases y en los contenidos propuestos en éstas, están muy relacionado con los niveles de implicación. De hecho, están muy de acuerdo en aumentar el número de horas semanales en las clases de Educación Física.

5.1.4. El profesor y las clases de Educación Física.

Por último, debemos destacar que la dimensión que menor peso posee sobre la implicación es aquella que se refiere al profesor de Educación Física. La forma de dar las clases, así como la forma de evaluar, de llevar a cabo las explicaciones, son aspectos que las alumnas consideran con poca importancia en la implicación. Algo mayor, aunque aún baja la correlación, es la necesidad de cambiar el temario para aumentar la implicación en las clases de Educación Física.

5.2. Correlaciones de la implicación de las alumnas en los factores sociales.

5.2.1. La clase social, estatus socioeconómico.

Al examinar la correlación entre la dimensión clase social, estatus socioeconómico y la implicación en las clases de Educación Física, podemos observar cómo las chicas consideran que un mayor nivel cultural influye en la participación, tanto de actividades física fuera del centro educativo, como en nuestras clases. Sin embargo, el hecho de pertenecer a un centro público o privado resulta ser menos relevante.

5.2.2. El ocio.

La implicación en las clases de Educación física tiene mucha relación en las chicas con aquellas sensaciones y experiencias divertidas, tanto fuera del contexto escolar, como en el ámbito lectivo; cuanto mayor es el tiempo a la semana dedicado a hacer deporte, mayor es el nivel de implicación en las clases de Educación Física.

Así pues, cuanto mayores son los niveles de actividad física desarrollados por las alumnas en el tiempo de ocio, mayores son también los niveles de implicación en nuestras clases.

5.3. Correlaciones de la implicación de los alumnos en los factores psicológicos.

5.3.1. La motivación.

De los ítems seleccionados en esta dimensión, los chicos destacan que su nivel de implicación es mayor si las actividades planteadas en Educación Física son motivadoras. Del mismo modo, podemos observar cómo piensan que el hecho de que el profesor motive a las chicas mejora más la implicación que el que motive a los chicos. Los alumnos creen que el profesor motiva más a las alumnas que a ellos mismos y ello influye más positivamente en la implicación.

5.3.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

El resultado del cuestionario hace que lleguemos a pensar cómo una buena percepción de los aspectos saludables que reporta la actividad física sobre la salud, consigue que los alumnos se impliquen más y de forma significativa en el desarrollo y práctica de las mismas. De hecho, todos los ítems seleccionados tienen una correlación significativa con la implicación de los alumnos, destacando los efectos beneficiosos que tiene el ejercicio sobre la depresión, seguido de los efectos beneficiosos para el corazón y la diabetes.

5.3.3. La participación de los adolescentes.

En lo que respecta a la dimensión participación, observamos que ésta tiene una correlación significativa con la implicación en las clases de Educación

Física. Los chicos valoran las actividades en la naturaleza y aquellas de tipo gimnástica por encima de las expresivas. Aun así, es preciso destacar que para los alumnos, el hecho de que el profesor controle las actividades en las que participan, no influye en la implicación de las mismas. A este respecto, los chicos manifiestan que no dejan de practicar si su profesor deja de controlarlos.

5.3.4. El profesor y las clases de Educación Física.

La dimensión que afecta al profesor de Educación Física tiene también una correlación significativa con la implicación, sin embargo, el peso de la misma es menor que en el resto de las dimensiones. Los chicos manifiestan que el aspecto que más cambiarían de aquellas tareas que realiza su profesor es la forma de evaluarlos, seguido de la manera de dar las clases. Por último, el aspecto que cambiarían, pero con menor significación, es la forma de explicar.

5.4. Correlaciones de la implicación de los alumnos en los factores sociales.

5.4.1. La clase social, estatus socioeconómico

La referencia que se hace sobre la clase social, estatus socioeconómico, demuestra cómo esta dimensión, con todos los ítems que la engloba, tiene una correlación significativa sobre la implicación en las clases de Educación Física.

Los alumnos creen que un mayor nivel económico hace que éstos participen más en las clases. Piensan, en mayor medida, que las chicas y los alumnos de colegios privados participan más que los de los colegios públicos y sobre todo,

que un mayor nivel cultural hace que la implicación sea mayor, tanto en actividades que se realizan dentro del colegio, como en aquellas que se llevan a cabo fuera del mismo.

5.4. 2. El ocio.

Por último, la dimensión que tiene que ver con el ocio es una de las de mayor peso para los alumnos en lo que respecta a la implicación de éstos en las clases de Educación Física. El hecho de que durante el fin de semana se practique actividad física hace que la implicación sea mayor, de igual modo el practicar deporte y actividades físicas fuera del colegio hacen que el nivel de implicación de los alumnos mejore.

A nivel general, al igual que en los datos obtenidos en la tabla anterior, las correlaciones entre las diferentes dimensiones y la implicación de los alumnos es significativa, salvo en un ítem, concretamente en aquel que hace referencia a: Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo?.

Tabla 22. Correlaciones de las dimensiones respecto a la implicación de los alumnos.

Correlaciones

			Implicación Hombre
Rho de Spearman	1 ¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,382**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	501
	2 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a los chicos en clase?	Coeficiente de correlación	,288**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	497
	3 ¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	Coeficiente de correlación	,328**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	495
	4 ¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	Coeficiente de correlación	,447**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	498
Rho de Spearman	5 ¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	Coeficiente de correlación	,475**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	496
	6 Durante el fin de semana ¿practicar actividad física?	Coeficiente de correlación	,550**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	490
	7 Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo?	Coeficiente de correlación	,085
		Sig. (bilateral)	,059
		N	495
	8 Valora cuánto participas en las actividades rítmico-expresivas.	Coeficiente de correlación	,329**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	491
Rho de Spearman	9 Valora cuánto participas en las actividades físicas en la naturaleza.	Coeficiente de correlación	,420**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	489
	10 Valora cuánto participas en actividades gimnásticas.	Coeficiente de correlación	,362**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	483
	11 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los	Coeficiente de correlación	,371**
		Sig. (bilateral)	,000

problemas de corazón.	N	491
12 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la diabetes.	Coeficiente de correlación	,350**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	488
13 Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la depresión psíquica.	Coeficiente de correlación	,450**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	484
14 ¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,363**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	490
15 ¿Piensas que un mayor nivel económico ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,391**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	490
16 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,455**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	487
17 ¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	Coeficiente de correlación	,498**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	482
18 ¿Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,211**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	492
19 ¿Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,258**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	490
20 ¿Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	Coeficiente de correlación	,138**
	Sig. (bilateral)	,002
	N	488
	Coeficiente de correlación	1,000
Implicación Hombre	Sig. (bilateral)	.
	N	502

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

TERCERA PARTE

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES DE LA INVESTIGACIÓN

CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Introducción.

En este punto de nuestra investigación, vamos a llevar a cabo el desarrollo de la discusión; siempre en relación a cada una de las dimensiones que se han trabajado a lo largo de nuestro estudio, y que forman parte de un concepto mucho más amplio: La implicación. Estas dimensiones se configuran como posibles elementos influyentes en el nivel de implicación de los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria ,respecto a las clases de Educación Física.

Del mismo modo, detallaremos las conclusiones a las que hemos llegado respecto a las hipótesis planteadas anteriormente.

2.Discusión respecto a los factores psicológicos.

2.1. La motivación.

La motivación, dentro del ámbito de la actividad física, mejora la implicación del alumnado en nuestras clases. Algunos investigadores han empleado su tiempo a averiguar de qué forma ésta puede incrementarse y con ello, los niveles de ejercicio físico. La motivación de logro refuerza la implicación (Piéron & Ruiz, 2007). Es necesario cuidar el clima motivacional en el entorno escolar y sobre todo, el que se trasmite a los alumnos y alumnas (Baena-extremera, Granero-gallegos, Gómez-lópez, Abrales & Gómez-lópez, 2014).

Nuestros datos son coherentes con las ideas presentadas por los autores anteriores. Como podemos constatar en nuestro estudio los alumnos y alumnas valoran positivamente nuestra asignatura y piensan que es divertida y este

hecho hace que se impliquen más, se diviertan más y le concedan más importancia a la Educación Física. Esta idea coincide con lo señalado por (Granero-Gallegos et al. 2014; Abarca-sos et al. 2014; Ishii & Osaka, 2010; Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Gomez-Lopez & Abrales, 2014; (Granero-Gallegos, Gómez-López, Baena-Extremera, Bracho-Amador & Pérez-Quero, 2015; Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes & Martínez-Molina, 2014).

En nuestro estudio, el aspecto de diversión es especialmente relevante en las chicas, quienes consideran que las actividades que se programan y plantean en las clases son muy motivadoras, presentando una actitud positiva en las mismas. Estos datos obtenidos en nuestra investigación coinciden con los resultados alcanzados por (Lyu & Gill, 2011; Gutiérrez Sanmartín & Pilsa Doménech, 2006; Linda, Rikard & Banville, 2006; Granero-gallegos & Baena-Extremera, 2014). Sin embargo, no concuerdan con los cosechados en la investigación de (Gómez-Mármol, 2013) donde se evidencia que el alumnado deja de percibir como divertidas las clases de Educación Física según aumenta la edad, siendo mayor este sentimiento en las chicas debido a una percepción de aumento de intensidad en las mismas. Este importante dato hemos de tenerlo en cuenta a la hora de mejorar la implicación en las clases de Educación Física, en la organización y programación de nuestras sesiones, ya que los alumnos que se aburren muestran indiferencia hacia la asignatura (Granero-Gallegos, Gómez-López, Baena-Extremera, Bracho-Amador & Pérez-Quero, 2015).

El alumnado de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestra investigación se encuentra bastante motivado en las clases de Educación

Física. Este hecho hace que aumente la implicación de los alumnos y alumnas, ya que tras el análisis de correlación mostraron una alta significatividad entre ambas variables, estos datos coinciden con los encontrados también en la investigación de (Piéron & Ruiz, 2007), en la misma queda reflejado como la motivación de logro refuerza la participación. Una orientación a la tarea motiva la práctica, produce satisfacción por el ejercicio.

Otro de los aspectos que debemos destacar en nuestro estudio es la figura del profesor de Educación Física; al igual que ocurre en otras investigaciones, este aspecto ya ha sido destacado en otros trabajos, su manera de actuar y transmitir son fundamentales, resultando ser unos de los más importantes modificadores de la motivación, fomentando el interés, la diversión y al mismo tiempo reduciendo aspectos negativos como la tensión (Granero-gallegos & Baena-extremera, 2014). Los chicos de nuestra investigación piensan que el profesor motiva bastante a las chicas, incluso más que a ellos mismos. Ellas afirman con mayor rotundidad que el profesorado se encarga de motivarlas. En este sentido, y siguiendo los resultados de los trabajos de (Niederkofler, Herrmann, Seiler & Gerlach, 2015), coincidimos en el hecho de que si no cuidamos el ambiente percibido y el comportamiento del profesor, estos pueden hacer que la motivación baje. A pesar de ello, en nuestra investigación ambos coinciden al pensar que el profesorado constituye un elemento motivador en el desarrollo de las clases, encargándose de motivarlos en el desarrollo de las sesiones y llegando a constituirse en un modelo para ellos tal y como ocurre en los estudios de Puyal, Casterad & Lanaspá (2014), Echazarreta & San Emeterio (2007), Arar & Rigbi (2009), Ning, Pope & Gao (2015). Este buen clima percibido por nuestro alumnado, ayuda a se implante

en un buen clima motivacional en el aula, donde el profesor cede responsabilidad y autonomía al alumnado ayuda a se encuentren motivados intrínsecamente. Estos resultados van en la línea de otras investigaciones (Ning, Pope, Gao & 2015; Moreno-Murcia, Gimeno, Carretero, Lacárcel & Calvo, 2012; Giménez, Fernández-Río & Estrada, 2013; Guti, 2014; Tomás et al. 2014; Moreno Murcia, Coll & Ruiz Pérez, 2009; Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes & Martínez-Molina, 2014; Baena-extremera et al. 2013; Ntoumanis, 2005). Del mismo modo, aumentar la percepción de competencia, en el alumnado por parte de profesor (Moreno, Moreno & Cervelló, 2007) hace que aumente la implicación de nuestros alumnos y alumnas (Baena-extremera et al. 2014), Coincidiendo estos datos con lo que en nuestros resultados.

Por último, destacamos cómo los centros educativos constituyen entornos en los que se transmiten diferentes climas motivacionales que influyen en la orientación de meta del alumnado, en función de la concepción del éxito que tengamos (Baena-extremera et al. 2014). Este dato coincide con los obtenidos en nuestro estudio los alumnos y alumnas de centros privados consideran que el profesor los motiva más y especialmente al género femenino. Los alumnos y alumnas de centros privados se encuentran más motivados que aquellos que pertenecen a centros públicos. Estos resultados son coherentes con los presentados en las investigaciones de (Flórez, Salguero, Molinero & Márquez, 2011; López, Álvarez, Pérez-Tejero & Molinuevo, 2013).

2.2.Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

El alumnado de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio tiene una percepción positiva de los aspectos saludables que el ejercicio físico puede provocarles, considera que la práctica de ejercicio físico beneficia bastante el sistema cardiovascular, al igual que se demuestra en el estudio de (Martínez-Gómez et al. 2010), así como a prevenir enfermedades como la obesidad (Abarca-sos et al. 2015; Ahrabi-fard & Matvienko, 2005; Muñoz, 2005; Silva, Mourão-Carvalho & Libório, 2008), disminuir los niveles de sedentarismo en la adolescencia (Muñoz, 2005). Del mismo modo,,el alumnado encuestado piensa que una alta implicación en las clases de educación Física ayuda a superar la ansiedad y depresión, a mantener el equilibrio emocional, esta idea ya ha sido destacada en otros trabajos como los realizados por (Oeland, Laessoe, Olesen & Munk Jorgensen 2010; Prasad, St-Hilaire, Wong, Peterson & Loftin 2009).

Nuestro alumnado conoce del mismo modo los perjuicios que tiene la práctica de hábitos perjudiciales, en este sentido y siguiendo los resultados de los trabajos de (Cámara, García, Latorre, 2014; Silva, 2008; Urturi, 2014) donde se demuestra que durante la adolescencia un alto porcentaje de alumnos y alumnas comienzan a adoptar hábitos poco saludables para la salud, como por ejemplo el consumo de alcohol y tabaco, coincidimos en señalar la necesidad, la obligación de incrementar la implicación de nuestro alumnado en las clases de Educación Física. Esta idea está en consonancia con la opinión de diferentes autores (Rodríguez, De Abajo, Márquez, 2004; Cámara, García, Latorre Román, 2014) donde se demuestra que una alta implicación en actividades físicas y deportivas ayuda a prevenir este tipo de hábitos.

Conociendo el carácter preventivo y de mejora que la actividad física ejerce sobre las enfermedades anteriormente citadas, y con los conocimientos adecuados que posee nuestro alumnado sobre los efectos positivos que el ejercicio físico provoca, se producirá, sin duda, un aumento de la implicación en las clases de Educación Física. Esta percepción también fue demostrada en investigaciones anteriores (Martins, Marques & Carreiro da Costa, 2015) donde revelaron que los alumnos intervinientes en su estudio tenían unos conocimientos muy generales sobre la actividad física y la salud.

También se demuestra en nuestra investigación que el alumnado se encuentra implicado en nuestras clases y que este estado de implicación aumentará la percepción de los aspectos saludables e incrementará el nivel de actividad física. Ello se ha demostrado en nuestros datos al establecerse una correlación positiva entre ambas dimensiones. Con ello, se reducirá la posibilidad de adoptar hábitos poco saludables. Estos resultados van en la línea de otras investigaciones, como la realizada por (Tassitano, Barros, Tenório, Bezerra, Florindo & Reis 2010) demostrando que altos niveles de implicación en las clases de Educación Física, provocan directamente comportamientos saludables. De hecho, el alumnado más implicado con la practica de actividad física fuma y bebe menos (Ruiz-Risueño & Ruiz-Juan, 2015; Cámara, García & Latorre, 2014; Gil, González, Vicedo & Fernández Bustos, 2010; Silva, 2008; Rodríguez, López, López & García, 2014).

Para nuestro alumnado, la relación entre salud y ejercicio físico y, por tanto, con una alta implicación en las clases de Educación Física se encuentra consolidada; la percepción de que el ejercicio físico ayuda a mejorar la salud se hace patente. Esta circunstancia coincide con conclusiones anteriores de otros

autores, donde se demuestra que las personas activas reconocen los efectos perjudiciales que para la salud tiene el consumo de sustancias y la práctica de hábitos nocivos para la salud llegando a reducir este tipo de comportamientos (Ruiz-Risueño & Ruiz-Juan, 2015; Cámara, García, Latorre, 2014; Gil, González, Vicedo & Fernández, 2010; Silva, 2008; Rodríguez, López, López & García, 2014).

2.3. La participación de los adolescentes.

Los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria encuestados en nuestro estudio muestran una actitud participativa en las clases de Educación física, la percepción que tienen hacia nuestra asignatura es positiva estos resultados coinciden con otros estudios (Gil, Cuevas & Contreras, 2012; Arias, 2014; Bosque-Lorente & Baena-Extremera, 2014; Oviedo et al. 2013; OMS, 2010; Arias, 2014; Poletti & Barrios, 2007; Silva, Nahas, Peres & Lopes, 2009; Ceschini, Andrade, Oliveira, Júnior & Matsudo 2009; Hallal & Knuth, 2010; Quevedo-blasco, 2009; Gutiérrez & Pilsa, 2006; Linda & Banville, 2006). Justo al contrario de aquellos que sugieren un descenso de la participación en el alumnado (Kjonnixsen, Fjortoft & Wold, 2009).

No obstante el índice de participación de nuestros alumnos varía en función de las actividades realizadas, de hecho los chicos de nuestro estudio suelen participar más en actividades físicas realizadas en la naturaleza, gimnásticas y menos en las de tipo rítmico-expresivas. En cuanto al nivel de participación manifestado por las chicas en actividades de juegos y deportes, se considera alto. Estos datos coinciden con otros estudios realizados de (González, 2005;

Arar, Rigbi, 2009; Castillo, 2010; Zamorano, 2007; Moreno & Hellín, 2006; Moreno et al. 2006; Moreno (2007) en los que se indica que la participación varía en función del gusto por distintas actividades.

El nivel de participación también varía en función del género, para las alumnas, que participan en nuestra investigación, la percepción de la participación en las clases es alta, consideran que participan bastante, en esta línea de estudio se encuentran los autores (Gracia-Marco, Vicente-Rodríguez, Jiménez-Pavón, Rey-López, Ortega, et al. 2010). Sin embargo, estos resultados de nuestro estudio difieren de los obtenidos por (Poletti & Barrios, 2007; Alvariñas, Fernandez & López, 2009; Emeterio et al. 2012; Folgar et al, 2013; Gil, Cuevas & Contreras, 2012; Gómez-Mármol, 2013) en las que se llega a considerar las altas tasas de abandono en el género femenino.

En otro sentido, los chicos se muestran más participativos que las chicas, practican más actividad física durante el fin de semana, le dedican más horas semanales de práctica física fuera del horario escolar y también mayor tiempo a hacer deporte al igual que demostraron anteriormente. Estos resultados coinciden con otros estudios realizados por (Viñas & Pérez, 2011; Arias, 2014; Neuls, Vašíčková, & Vysloužilová, 2014; Bosque-Lorente, Baena-Extremera, 2014; Hallal & Knuth, 2010; Mendoza, 2000; de Hoyo Lora & Sañudo Corrales, 2007; DelCastillo-Andrés, 2009, 2009; Alvariñas, Fernandez, & López, 2009; César et al. 2012; Gil, Cuevas & Contreras, 2012; Oviedo et al. 2013; Johnston, Delva & O'Malley, 2007; Moral, 2012; Arar, Rigbi, 2009; González, 2005).

2.4. El profesor y las clases de Educación Física.

Al tratar este punto de nuestra investigación podemos concluir diciendo que, en líneas generales, el alumnado tiene una buena percepción hacia el profesorado de Educación Física y de la asignatura. Estos resultados son coherentes con investigaciones anteriores de Echazarreta & San Emeterio (2007); Gutiérrez & Pilsa (2006); Moreno & Hellín (2007); Gil, Cuevas & Contreras (2012); Neuls et al.(2014); Estévez, Fuentes (2011); Granero-Gallegos et al, 2014). Sin embargo, estos datos son contrarios a los revelados en la investigación de Gil et al. (2012) donde la muestra de su estudio manifiesta que los profesores, favorecen escasamente el aumento de interés por la asignatura. Este resultado no coincide con lo expresado en nuestra investigación. No obstante, a pesar de esta buena percepción, los alumnos y alumnas sí reconocen que cambiarían algunos aspectos organizativos relacionados con la manera de dar las clases del profesor y la forma de evaluar y llevar a cabo sus explicaciones. Estos resultados obtenidos en nuestro estudio se encuentran en consonancia con la opinión de (Hernández, Campo, Martínez & Moya, 2010).

Por otro lado, existen estudios que confirman que este interés hacia el profesor y hacia la propia asignatura decrece al avanzar el alumnado en edad (Moreno & Hellín, 2007; Ponce, Elizondo & Arazuri, 2010), especialmente en las chicas (Gil et al. 2012). Estos datos son coherentes con los obtenidos en nuestro estudio al demostrarse que existen diferencias significativas a medida que avanzan en edad y curso y que son las chicas las que en mayor medida requieren los cambios anteriormente expuestos por parte del profesor.

3. Discusión respecto a los factores sociales.

3.1. La clase social, estatus socioeconómico.

Los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria participantes en nuestro estudio consideran en un pequeño porcentaje que en los colegios privados se implican más en las clases de Educación Física que en los públicos, siendo las chicas quienes lo piensan en mayor medida. Esta idea es compartida por la investigación realizada por (Munive, 2011).

Otro dato que debemos destacar es que el alumnado perteneciente a nuestro estudio cree que un nivel cultural mayor sí ayuda a implicarse más en actividades fuera del colegio. En esta misma corriente de pensamiento se encuentran los autores La Torre, Masala, De Vito, Langiano, Capelli, Ricciardi & Manocci, (2006); Lee (2014).

El factor económico y el nivel de implicación dentro del centro escolar influyen también, pero de manera poco superior a la media según nuestros encuestados. Existe gran número de investigaciones que confirman esta idea, al afirmar que un nivel socioeconómico alto podría permitir a los jóvenes tener más facilidades para la práctica de ejercicio (Pavón et al. 2010). Igualmente se comprueba una alta correspondencia entre actividad física y clase social, a mayor estatus socioeconómico, mayor actividad física en adolescentes, de hecho los alumnos de nuestro estudio pertenecientes a centros privados participan más que aquellos de centros públicos. Este resultado coincide con el estudio de Stalsberg, Pedersen (2009). Este mayor índice de implicación también se extiende a prácticas de deportes organizados (García et al. 2010; Telama, Laakso, Nupponen, Rimpela, Pere & 2009). Al contrario de los datos

hasta ahora comentados, existe otra corriente de autores que piensa cómo el nivel socioeconómico no es un predictor significativo de la participación de deportes de la escuela, lo que significa que en el entorno escolar, todos los estudiantes pueden tener las mismas oportunidades de practicar actividad física (Marques, Martins, Santos, Sarmiento & da Costa, 2014).

3.2. El ocio.

Según algunos investigadores, cada vez se emplea mayor tiempo a tareas relacionadas con un tipo de ocio pasivo: ver la televisión (Bosque-Lorente, Manuel, 2014), jugar con videojuegos (Rey-López, Bel-Serrat, Santaliestra-Pasías, de Moraes, Vicente-Rodríguez, Ruiz, & Moreno, 2013) Internet, playstation (González, 2009) y menos a realizar actividad física. Este tipo de conductas reduce la implicación del alumnado de Educación Física en nuestras clases y, lo que es peor, repercute negativamente sobre su salud. Otros estudios destacan cómo, a pesar de que los alumnos se consideran activos físicamente en su tiempo de ocio, la práctica de este tipo de actividades es inferior a lo recomendado para conseguir objetivos saludables (Bosque-Lorente, Manuel, 2014).

Los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria participantes en nuestro estudio dedican un espacio a la semana en su tiempo de ocio para practicar deporte, para realizar actividades físicas fuera del colegio y también durante el fin de semana, estos resultados no coinciden con los obtenidos en otras investigaciones previas (Bosque-Lorente, 2014; Santaliestra-Pasías, Rey-López & Moreno Aznar, 2013; Mota, Santos, Moreira, Martins, Gaya, Santos & Vale, 2013; Mark, Janssen, 2008; Wennberg, Gustafsson, Dunstan, Wennberg

& Hammarström, 2013; Moreno & Altamirano, 2005; Brindova, Veselska, Klein, Hamrik, Sigmundova, Van Dijk, & Geckova, 2014; Busto, Amigo, Vázquez, Fernández & Herrero, 2009).

Las chicas encuestadas en nuestra investigación consideran que dedican bastante tiempo a la realización de actividades físicas, tanto dentro del centro escolar como fuera del centro escolar estos resultados difieren de lo demostrado en las investigaciones de Moreno & Altamirano (2005), Abarca-Sos, Zaragoza, Generelo & Julián Clemente (2010). También señalan las alumnas que es fuera donde mayor actividad realizan, sobre todo en clubs y gimnasios. Sin embargo, durante el fin de semana, reconocen realizar menos actividades. Cabe resaltar también que los chicos utilizan el tiempo de ocio, en mayor medida que las chicas, para practicar deporte o realizar actividades físicas (Moreno & Altamirano, 2005; Gil, Cuevas & Contreras, 2012).

4. Conclusiones respecto a los factores psicológicos

Una vez llegados a este punto, vamos a llevar a cabo la exposición de las conclusiones que hemos obtenido tras la elaboración y puesta en práctica de los dos cuestionarios, uno para chicas, y otro para chicos, con los que se pretende averiguar el nivel de implicación del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria y las dimensiones que desde nuestro estudio engloban el concepto de implicación, a su vez divididos en factores psicológicos y sociales.

4.1.La motivación.

Una vez pasado el cuestionario al alumnado, e interpretados los datos, vemos que el alumnado de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio se encuentra bastante motivado en las clases de Educación Física, del mismo modo, los alumnos encuestados piensan que el profesor constituye un elemento motivador en el desarrollo de las mismas, encargándose de motivarlos en el desarrollo de las sesiones. De hecho, los chicos de nuestra investigación consideran que el profesor motiva bastante a las chicas, incluso más que a los chicos. Por otro lado, a las alumnas, la clase de Educación Física les resulta muy divertida y las actividades que se plantean en las mismas las consideran motivadoras. Piensan, al igual que los chicos, que su profesor se encarga habitualmente de motivarlas en el desarrollo de las mismas, por lo que mantienen una buena actitud hacia su profesor. La chicas se encuentran muy motivadas ante las actividades que se programan en las clases, es por ello que presentan una actitud positiva frente a la asignatura, por tanto la motivación influye de forma positiva en la implicación de los alumnos y alumnas en las clases.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar cómo las chicas piensan, en mayor medida que los chicos, que el profesor se encarga de motivarlos, si bien el valor de esta diferencia no es muy alto y por tanto significativo. Estas diferencias también se establecen entre las edades de participantes y entre los cursos de los encuestados, siendo en ambos casos significativa.

En cuanto a las posibles diferencias de motivación entre alumnado de centros públicos y privados, podemos concluir que los alumnos y alumnas de centros privados consideran que el profesor los motiva más y especialmente al género femenino.

Por último, al analizar la correlación entre motivación e implicación de las alumnas, podemos manifestar que existe una estrecha relación entre la percepción que tienen las alumnas en las clases de Educación Física y su nivel de implicación. El hecho de que resulten divertidas, que las actividades planteadas sean motivadoras y que el profesor se encargue de motivarlas mejora el nivel de implicación de las chicas en el desarrollo de las clases.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión motivación y los alumnos consideramos que su nivel de implicación mejora si las actividades que se plantean son motivadoras y si el profesor se encarga de motivar en las clases.

Conclusiones de la motivación respecto a la hipótesis A. *El alumnado de Secundaria Obligatoria se implica cada día menos en las clases de Educación.*

Al entender en nuestro estudio que el término implicación es la suma de una serie de dimensiones: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, la participación de los adolescentes, el profesor y las clases de Educación Física, la clase social y el ocio y que todas y cada una de ellas influyen y dan peso específico a este proceso durante el desarrollo de las clases de Educación Física, podemos concluir, a raíz de los resultados obtenidos tras la aplicación de nuestros cuestionarios, que se rechaza la

hipótesis A, ya que tanto chicos como chicas han alcanzado unos niveles de implicación superiores a la media.

Conclusiones de la motivación respecto a la hipótesis B. *Existen dimensiones o variables: la motivación, percepción de los aspectos saludables del ejercicio, la participación de los adolescentes, el profesor y las clases de Educación Física, la clase social y el ocio que predicen la implicación de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física. Estas dimensiones varían en función de la edad, curso académico, sexo y tipo de centro.*

La motivación tras el análisis de los datos, se confirma como una dimensión influyente en la implicación, al correlacionarse de forma positiva, por tanto podemos afirmar que acepta la hipótesis B. Existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado. Las chicas se motivan más que los chicos. Por último, concluimos afirmando que los alumnos y alumnas de centros privados se motivan más que aquellos de colegios públicos.

4.2. Percepción de los aspectos saludables del ejercicio.

Cuando incluimos la dimensión salud en el cuestionario, lo hacemos con el objetivo de conocer si los alumnos y alumnas tienen conciencia de cuáles son los factores de riesgo si dejan de hacer actividad física regularmente, y, por otro lado, si tienen un buen conocimiento de los beneficios que el ejercicio físico les puede aportar. Esto en teoría, no haría más que afianzar la implicación entre nuestro alumnado.

El alumnado de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio tiene una percepción positiva de los aspectos saludables que conlleva la práctica regular de ejercicio físico, de hecho, los chicos encuestados consideran que la práctica de ejercicio físico beneficia bastante al corazón, (al igual que lo piensan las chicas) puede ayudar a reducir los niveles de glucosa y, por tanto, los problemas relacionados con la diabetes, y que del mismo modo ayuda a mantener el equilibrio emocional, reduciendo el estado de depresión.

Para las alumnas, la relación entre salud y ejercicio físico también se encuentra consolidada, al igual que en los chicos. La percepción de que el ejercicio físico ayuda a mejorar la salud se hace patente, tanto es así, que ellas valoran la realización de ejercicio físico para mantener una buena salud en el futuro. Esta percepción se ve reforzada por la información que el profesor proporciona, estableciendo relaciones entre ejercicio y salud.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar cómo ambos coinciden en que otorga grandes beneficios para el corazón la práctica rutinaria de ejercicio físico. Las chicas lo piensan en mayor medida, sin embargo, la diferencia no resultó significativa.

Estas diferencias no se establecen entre las edades de los participantes, ni entre los cursos de nuestra muestra.

En cuanto a las posibles diferencias de percepción de los aspectos saludables entre alumnado de centros públicos y privados, podemos concluir manifestando que los centros privados consideran en mayor medida que los públicos, que el ejercicio físico ayuda a mejorar los problemas de corazón, resultando ser la diferencia significativa.

Por último, al analizar la correlación entre los aspectos saludables del ejercicio y la implicación de las alumnas, podemos afirmar que existe una correlación positiva entre ambas. Esta percepción positiva hace que se impliquen más en las clases de Educación Física.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión “percepción de los aspectos saludables del ejercicio” y la implicación de los alumnos, podemos decir que su nivel de implicación mejora al tener una buena conciencia de los aspectos saludables del ejercicio sobre la salud, en concreto sobre: El corazón, la diabetes y la depresión.

Conclusiones de la percepción de los aspectos saludables del ejercicio respecto a la hipótesis A. Según los resultados obtenidos en nuestro estudio, la hipótesis A se rechaza. La correlación entre implicación y percepción de los aspectos saludables por el ejercicio es significativa y positiva. Nuestros alumnos y alumnas tienen un buen conocimiento de los beneficios que provoca la actividad física sobre la salud y, es por ello, que se implican en nuestras clases de Educación Física.

Conclusiones de la percepción de los aspectos saludables del ejercicio respecto a la hipótesis B. Afirmamos que la hipótesis B se acepta o confirma. Esta dimensión se correlaciona positivamente con la implicación del alumnado en las clases de Educación Física, por lo tanto, predice la implicación. No existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado. Las chicas poseen una mejor percepción de los aspectos saludables que los chicos. Por último, concluimos afirmando que los alumnos y

alumnas de centros privados poseen una mejor percepción de los aspectos saludables que aquellos de colegios públicos.

4.3. La participación de los adolescentes.

En cuanto a la participación del alumnado, llegamos a sostener tras el análisis de los ítems que engloban esta dimensión que:

Los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio muestran una actitud participativa en las clases de Educación física, de hecho manifiestan que no dejan de hacer las actividades aunque su profesor no los controle. Sin embargo, el índice de participación varía en función de las actividades realizadas, aunque en todas las planteadas en el cuestionario los resultados son superior a la media, los chicos suelen participar más en actividades físicas realizadas en la naturaleza, gimnásticas y menos en las de tipo rítmico expresivas. Por tanto, podemos concluir que existe un alto compromiso de participación entre los chicos y la Educación Física.

Para las alumnas, la percepción de la participación en las clases es alta. Consideran que participan bastante, de hecho, estarían dispuestas a aumentar el número de horas de clase a la semana. En cuanto al nivel de participación manifestado en actividades de juegos y deportes, se considera alto. Así pues, las alumnas encuestadas valoran de manera muy alta su participación en las clases de Educación Física.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar cómo los chicos se muestran más participativos que las chicas,

practican más actividad física durante el fin de semana, le dedican más horas semanales de práctica física fuera del horario escolar y también mayor tiempo a hacer deporte siendo estas diferencias significativas.

Estas diferencias también resultan significativas entre las edades de los participantes y también entre los cursos de nuestra muestra.

En cuanto a las posibles diferencias de participación entre el alumnado de centros públicos y privados, podemos concluir manifestando que existen diferencias significativas en cuanto al tiempo empleado por los alumnos y alumnas a la hora de realizar deporte durante la semana y al número de horas semanales dedicada a la práctica de actividad física fuera del colegio, resultando ser superior el índice de participación en el alumnado de colegios privados. Durante el fin de semana las diferencias de práctica de actividad física entre alumnos de colegios privados y públicos no fue significativa.

Por último, al analizar la correlación entre la percepción de la participación de los adolescentes y la implicación de las alumnas, podemos concluir que es positiva. Las alumnas consideran que participar en las clases y con los contenidos planteados está muy relacionado con la implicación en las clases de Educación Física, hasta el punto de estar de acuerdo en aumentar el número de horas.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión percepción de la participación de los adolescentes y la implicación, también resulta positiva, destacando las actividades en la naturaleza, por encima de las gimnásticas y expresivas.

Conclusiones de la participación de los adolescentes respecto a la hipótesis A. Podemos concluir, a raíz de los resultados obtenidos tras la aplicación de nuestros cuestionarios, que se rechaza la hipótesis A, ya que tanto chicos como chicas reconocen tener un alto grado de participación tanto en los centros de enseñanza como fuera de los mismos.

Conclusiones de la participación de los adolescentes respecto a la hipótesis B. Llegamos a la conclusión de que la hipótesis B se acepta o confirma. Esta dimensión se correlaciona positivamente con la implicación del alumnado en las clases de Educación Física, por lo tanto predice la implicación. Existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado. Los chicos participan más que las chicas y los alumnos de centros privados más que aquellos de colegios públicos.

4.4. El profesor y las clases de Educación Física.

Cuando analizamos las respuestas, que los alumnos y alumnas dan a la dimensión que afecta al profesor de Educación Física, nos encontramos con datos reveladores; El alumnado de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio tiene una buena percepción del profesor de Educación Física, hasta el punto de resultar la dimensión que menos afecta a la implicación en nuestra investigación.

A pesar de ello, los alumnos cambiarían la manera de dar las clases del profesor y la forma de evaluar y sus explicaciones, sin embargo, los datos son poco significativos con datos muy poco superiores a la media. Así pues, no parece una dimensión clara, con peso a la hora de afectar a la implicación.

Para las alumnas, los datos que afectan al profesor, al igual que en sus compañeros, no son muy significativos; a pesar de ello, las chicas cambiarían la programación en mayor medida y, también, aunque en menor número, la manera de dar las clases, la forma de evaluar y las explicaciones.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar que los datos de chicos y chicas son muy aproximados, aun así las chicas piensan en mayor medida que un cambio en la manera de dar las clases, la forma de evaluar y las dar las explicaciones favorecería la implicación en las clases de Educación física. A pesar de ello, los diferencias no son significativas.

En lo que respecta a las diferencias que se establecen entre las edades de los participantes y entre los cursos de nuestra muestra si resultan significativas.

En cuanto a las posibles diferencias existentes entre alumnado de centros públicos y privados, a la hora de valorar al profesor de Educación Física podemos concluir manifestando que los alumnos de centros privados consideran que los cambios en el profesor aumentarían la implicación de los alumnos en mayor medida que aquellos alumnos que pertenecen a centros públicos. Estas diferencias son significativas.

Por último, al analizar la correlación entre la percepción de los alumnos y alumnas hacia el profesor y las clases de Educación Física y la implicación, podemos concretar, que para las alumnas esta dimensión es la que menor correlación tiene con la implicación la manera de dar las clases, la forma de evaluar y de explicar son datos con poco peso. Algo mayor, pero con una correlación aún baja, es la necesidad de cambiar la programación.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión la percepción de los alumnos hacia el profesor y las clases de Educación Física y la implicación, éstos consideran una escasa correlación entre la dimensión anteriormente citada y la implicación.

Conclusiones sobre el profesor y las clases de Educación Física respecto a la hipótesis A. El alumnado tiene una buena percepción del profesor y de las clases, ello aumenta la implicación y por tanto se rechaza la Hipótesis A.

Conclusiones sobre el profesor y las clases de Educación Física respecto a la hipótesis B. Afirmamos que la hipótesis B se acepta o confirma. Esta dimensión se correlaciona positivamente con la implicación del alumnado en las clases de Educación Física, por lo tanto predice la implicación. Existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado aunque no dependiendo del género. Por último, concluimos afirmando que los alumnos y alumnas de centros privados piensan en mayor medida que aquellos alumnos de centros públicos que algunos cambios en la organización por parte del profesor, aumentaría la implicación en las clases de Educación Física.

5. Conclusiones respecto a los factores sociales.

5.1. La clase social, estatus socioeconómico.

Al introducir esta dimensión, pretendemos averiguar qué piensan los alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria sobre la influencia de la clase social en el índice de implicación de las clases de Educación Física.

Los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio consideran, en un pequeño porcentaje, que en los colegios privados se participa más que en los públicos. Sin embargo, creen en mayor medida, que un nivel cultural mayor sí ayuda a participar más en actividades fuera del colegio. El factor económico y el nivel dentro del centro escolar influyen también, pero de manera poco superior a la media.

Para las alumnas, la relación entre la clase social, estatus socioeconómico es significativa. Las chicas piensan que en los colegios privados se participa más en las clases de educación Física. De igual modo, consideran que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades fuera y dentro del colegio.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar cómo las chicas piensan en mayor medida que los chicos que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física que los chicos y que un mayor nivel cultural influye en la implicación. A pesar de ello, estas diferencias no son significativas.

Estas diferencias, en cambio, sí son significativas entre las edades de los participantes, al valorar que en los colegios privados se participa más y que un mayor nivel cultural ayuda a participar más; sin embargo, no es significativa la diferencia al estimar que este mayor nivel cultural ayuda a participar más actividades fuera del colegio. En lo que respecta a las diferencias encontradas por curso, observamos que no son significativas en el hecho de que los alumnos de centros privados participen más que los de los públicos y tampoco que un mayor nivel cultural ayude a participar más en las clases de Educación

Física; sin embargo, sí es significativa la diferencia, al valorar que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades fuera del colegio.

En cuanto a las posibles diferencias entre alumnado de centros públicos y privados, podemos concluir manifestando que no existen diferencias significativas al valorar los ítems correspondientes a la dimensión ocio.

Por último, al analizar la correlación entre la clase social, estatus socioeconómico y la implicación de las alumnas podemos afirmar, que ellas consideran una alta correlación entre un mayor nivel cultural y aumento de la implicación, tanto fuera como dentro del centro educativo. En cambio, el hecho de pertenecer a un centro público o privado es menos relevante.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión clase social, estatus socioeconómico y la implicación podemos decir que es significativa. Los chicos creen que un mayor nivel económico ayuda a participar más y sobre todo un mayor nivel cultural. También piensan, en mayor porcentaje que las chicas, que la participación del alumnado de colegios privados es mayor que los públicos.

Conclusiones sobre la clase social, estatus socioeconómico respecto a la hipótesis A. Se rechaza la hipótesis A, AL existir una correlación positiva entre la dimensión y la implicación.

Conclusiones sobre la clase social, estatus socioeconómico respecto a la hipótesis B. Afirmamos que la hipótesis B se acepta o confirma. Esta dimensión se correlaciona positivamente con la implicación del alumnado en las clases de Educación Física, por lo tanto predice la implicación. Existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado. Las

chicas creen en mayor medida que los chicos que el estatus socioeconómico, clase social influye en la implicación en las clases de Educación Física. Por último concluimos afirmando que los alumnos y alumnas de centros privados creen en mayor medida que esta dimensión influye en la implicación que aquellos de colegios públicos.

5.2. El ocio.

Con esta dimensión pretendemos comprobar en qué medida el tiempo de ocio afecta a la implicación del alumnado de secundaria a las clases de Educación Física

Los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria participante en nuestro estudio dedican bastante tiempo a la semana en su tiempo de ocio a practicar deporte, a realizar actividades físicas fuera del colegio y también durante el fin de semana.

Para las alumnas, la relación entre la dimensión ocio e implicación se determina de la siguiente manera: las chicas consideran que dedican bastante tiempo a la realización de actividades físicas, tanto dentro del centro escolar como fuera, y que es fuera donde mayor actividad realizan, sobre todo en clubs y gimnasios. Durante el fin de semana, realizan menos actividades.

En lo que respecta a la comparación entre ambos sexos, podemos comprobar que los chicos utilizan el tiempo de ocio, en mayor medida que las chicas, para practicar deporte o realizar actividades físicas. Estas diferencias son significativas, también los son respecto a las edades y el curso.

En cuanto a las posibles diferencias entre el alumnado de centros públicos y privados, podemos concluir manifestando que existen diferencias significativas, ya que el alumnado de centros privados ocupa, en mayor medida que aquellos de centros públicos, su tiempo de ocio para practicar deporte y actividades físicas.

Por último, al analizar la correlación entre el ocio y la implicación de las alumnas, podemos concluir afirmando que cuanto mayor es el tiempo dedicado a la semana a hacer deporte, mayor es el nivel de implicación, de igual modo influyen las sensaciones y experiencias divertidas.

En lo que respecta a las correlaciones entre la dimensión ocio y la implicación de los chicos demuestran que practicar actividad física en el tiempo de ocio, concretamente durante el fin de semana, en actividades fuera del colegio hace que el nivel de implicación aumente en nuestras clases.

Conclusiones del ocio respecto a la hipótesis A. El alumnado ocupa su tiempo de ocio a realizar actividad física, ello aumenta la implicación y por tanto se rechaza la Hipótesis A.

Conclusiones del ocio respecto a la hipótesis B. Afirmamos que la hipótesis B se acepta o confirma. Esta dimensión se correlaciona positivamente con la implicación del alumnado en las clases de Educación Física, por lo tanto predice la implicación. Existen diferencias significativas dependiendo de la edad y el curso académico del alumnado. En cuanto al género, los chicos reconocen ocupar mayor parte del tiempo de ocio a la práctica de actividad física. Por último, concluimos afirmando que los alumnos y alumnas de centros

privados participan más del tiempo de ocio activo que aquellos de colegios públicos.

6. Perspectivas futuras de investigación e intervención.

Una vez concluido el presente estudio, nos planteamos nuevos interrogantes, que sirvan para ampliar la investigación, abrir nuevas vías, caminos que aporten matices diferentes a nuestro trabajo y de este modo continuar reflexionando sobre la problemática de la implicación del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en nuestras clases de Educación física.

- Sería interesante poder continuar completando este estudio transversal con un mayor número de centros, abriéndolo al universo de centros educativos dependientes de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía en la provincia de Sevilla. Con el objetivo de aumentar en forma significativa la muestra, especialmente en centros concertados y privados, que es precisamente donde mayores dificultades hemos encontrado a la hora de encuestar al alumnado.
- Del mismo modo, resulta interesante poder comparar los datos con otras provincias de la comunidad autónoma andaluza, y verificar si se cumplen o no las hipótesis de nuestra investigación y en qué medida se correlacionan con los resultados obtenidos en nuestra tesis.
- Por otro lado, en posteriores investigaciones, nos gustaría utilizar otros instrumentos de recogida de información tales como acelerómetros, escalas de observación, etc. para poder contrastar los datos resultantes, con los que proporciona nuestro cuestionario.

- Por último, nos planteamos en otros estudios relacionados con el tema que nos ocupa, utilizar otros diseños y métodos de investigación cualitativa, emplear otros instrumentos de recogida de datos: observación, entrevistas.

7. BIBLIOGRAFÍA.

- Abarca - Sos, A.; Zaragoza Casterad, J.; Generelo Lanaspá, E. y Julián Clemente, J. A. (2010). Comportamientos Sedentarios y Patrones de actividad física en adolescentes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*, 10 (39), 410-427.
- Abarca-sos, A., García-gonzález, L., Serrano, J. S., Antonio, J., Clemente, J., Abarca-sos, A., García-González, L. (2014). Efecto de una intervención docente para la mejora de variables motivacionales situacionales en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 26, 108-113.
- Abarca-sos, A., Pardo, B. M., Antonio, J., Clemente, J., Casterad, J. Z., & Lanaspá, E. G. (2015). La Educación Física: ¿ Una oportunidad para la promoción de la actividad física ? *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 28, 155-159.
- Ahrabi-Fard, I., & Matvienko, O. A. (2005). Promoción de una educación activa de la Actividad física orientada a la salud en las clases de Educación Física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 1, 163-170.
- Aktop, A. (2010). Socioeconomic status, physical fitness, self-concept, attitude toward physical education, and academic achievement of children. *Perceptual and motor skills*, 110(2), 531-546.
<http://doi.org/10.2466/pms.110.2.531-546>
- Aladino, E. (2013). Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2011. *ALADINO*

study: Vigilance study on growth, feeding, physical activity, pediatric development, and obesity in Spain in 2011.

Alvariñas Villaverde, M., Fernandez Villarino, M. A, & López Villar, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. *Revista de investigación en educación.*, 6, 113-123.

Albarracín Pérez, A., Moreno Murcia, J. A., & Beltrán Carrillo, V. J. (2014). La situación actual de la educación física según su profesorado: Un estudio cualitativo con profesores de la Región de Murcia. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(27).

Ardoy, D. N., Fernández-rodíguez, J. M., Chillón, P., Artero, G. E., España-romero, V., Jiménez-pavón, D., Granada, D. G. (2010). Educando para mejorar el estado de forma física, estudio EDUFIT: Antecedentes, diseño, metodología y análisis del abandono/ adhesión al estudio. *Revista Española Salud Pública*, 84, 151-168.

Argyle, M. (1993). *The social psychology of leisure*. New York: Penguin Books.

Arias, A. E. A. (2014). Niveles de actividad física de niños y adolescentes durante el descanso en la escuela, un estudio observacional con el uso de Soplay. *Revista Educación Física y Deporte*, 33 (1), 175-191.

Arías-Vázquez, P. I. (2015). Actividad física en diabetes mellitus tipo II, un elemento terapéutico eficaz: revisión del impacto clínico. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud.*, 12, 147-156.

- Azzarito, L., & Solmon, M. (2009). An Investigation of Students ' Embodied Discourses in Physical Education : A Gender Project. *Journal of Teaching in Physical Education.*, 28, 173-191.
- Baena-extremera, A., Granero-gallegos, A., Gómez-lópez, M., & Abrales, J. A. (2014). Orientaciones de meta y clima motivacional según sexo y edad en educación física. *CCD. Cultura_Ciencia_Deporte.*, 119-128.
- Baena-extremera, A., Granero-gallegos, A., Sánchez-fuentes, J. A., & Martínez-molina, M. (2013). Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes ,diseño ,metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 24, 46-49.
- Bagué, A. B., Pérez, M. E. G., Mayolas, S. F., María, E., Vega, G., Masó, Josefina Patiño, M., & Olivas, R. T. y M. C. (2014). Creencias de los adolescentes respecto al consumo de drogas. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, 112, 11-21.
- Barba, J., Barba, F.J., Domínguez, G. y Sánchez, J. A. (2004). Adolescentes, consumo de alcohol y actividad físico-deportiva. *Revista Digital-Buenos Aires.*, 70.
- Beltrán Carrillo, V. J., Beltrán Carrillo, J. I., Moreno Murcia, J. A., Cervelló Gimeno, E., & Carretero, C. M. (2012). El uso de videojuegos activos entre los adolescentes. */.* *Cultura, Ciencia y Deporte*, 7(19), 19-24.

- Bogart, W. A. (2015). Who Wants a Fat Child?: Care for Obese Children in Weight Obsessed Societies. *Oñati Socio-legal Series*, 5(1), 8-28.
- Bohr, A. D. (2013). Relationship Between Socioeconomic Status and Physical Fitness in Junior High School Students. *Journal of school health.*, 83(8), 542 - 547. <http://doi.org/10.1111/josh.12063>
- Borges, F., Belando, N., & Moreno-Murcia, J. a. (2013). Percepción de igualdad de trato e importancia de la educación física de alumnas adolescentes. *Revista de Psicodidactica / Journal of Psychodidactics.*, 19(1), 173-189. <http://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.8007>
- Bosque-Lorente, M. Baena-Extremuera, A. (2014). Actividad físico-deportiva de los alumnos de tercer ciclo de primaria y de la ESO en su tiempo libre. *Ágora para la ef y el deporte*, 16(1), 36-49.
- Brindova, D., Veselska, Z. D., Klein, D., Hamrik, Z., Sigmundova, D., Van Dijk, J. P., & Geckova, A. M. (2014). Is the association between screen-based behaviour and health complaints among adolescents moderated by physical activity?. *International journal of public health.*, 60(2), 139-145.
- Brosed, R. L., Ponce, A., Elizondo, D. L., Arazuri, E. S., Ángeles, M., & San, V. (2012). La clase de educación física escolar como generadora de un ocio físico-deportivo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 22, 13-15.
- Buendía Eisman, L., Colás Bravo, .P., & Hernández Piña, F. (1998). Métodos de investigación en psicopedagogía. *Editorial McGraw Hill. México.*

- Calderón, Antonio, Diego Martínez De Ojeda, Martínez, I. M. (2013). Influencia de la habilidad física percibida sobre la actitud del alumnado tras una unidad didáctica basada en Educación Deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 2041, 16-20.
- Cámara Pérez, F; Latorre Román, J. C. (2014). Búsqueda de sensaciones y hábitos de tabaquismo, consumo de alcohol y práctica deportiva en estudiantes de Educación Secundaria. *Salud Mental.*, 37(2), 145-152.
- Campbell, D. E. (1968). Student attitudes toward physical education. *Research quarterly*, 39(3), 456-462.
- Campillo, N. C., Zafra, A. O., & Redondo, A. B. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y el autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de psicología del deporte*, 8(1), 61-77.
- Castillo, O. D. (2009). *Evaluación de los factores psicosociales y didácticos relacionados con la equidad de género en Educación Física* (Doctoral dissertation, Doctoral Thesis, University of Seville, Seville, Spain). Retrieved from <http://fondosdigitales.us.es/tesis/tesis/935/evaluacion-de-los-factores-psicosociales-y-didacticos-relacionados-con-la-equidad-de-genero-en-educacion-fisica> [Links].
- Castillo, O. Del. (2012). La equidad de género en Educación Física: influencia de los medios de comunicación. *Aula Abierta*, 40(1), 63-72.
- Ceschini, F. L., Andrade, D. R., Oliveira, L. C., Júnior, J. F. A., & Matsudo, V. K. R. (2009). Prevalence of physical inactivity and associated factors among

- high school students from state's public schools. *Jornal de Pediatria*, 0(0), 301-306. <http://doi.org/10.2223/JPED.1915>
- Chillón, P., Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Pérez, I. J., Martín-Matillas, M., Valtueña, J., ... Delgado, M. (2009). Socio-economic factors and active commuting to school in urban Spanish adolescents: The AVENA study. *European Journal of Public Health*, 19(5), 470-476. <http://doi.org/10.1093/eurpub/ckp048>
- Cohen, L; y Manion, L; Rodríguez, M.A.C. (1990). *Métodos de investigación educativa*. Madrid: Editorial la Muralla, S.A.
- Cuevas, R., García-Calvo, T., & Contreras, O. (2013). Perfiles motivacionales en educación física: Una aproximación desde la teoría de las metas de logro 2x2. *Anales de Psicología*, 29(3), 685-692. <http://doi.org/10.6018/analesps.29.3.175821>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*, 3-33
- Dagkas, S., & Stathi, A. (2007). Exploring social and environmental factors affecting adolescents' participation in physical activity. *European Physical Education Review*, 13(3), 369-384. <http://doi.org/10.1177/1356336x07081800>
- De Hoyo Lora, M., & Sañudo Corrales, F. B. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población

rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.*, 7(26), 2.

De León Elizondo, A. P., San Emeterio, M. A. V., & Arazuri, E. S. (2010). El influjo educativo de los profesores en el abandono de la práctica físico – deportiva de los adolescentes . *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 13, 211-220.

De Quel Pérez, Ó. M., García, E. F., & Miñano, M. J. C. (2010). Percepción de dificultades para la práctica de actividad física en chicas adolescentes y su evolución con la edad. *Apunts. Educación Física y Deportes.*, 99, 92-99.

Demirjian, a, & Goldstein, H. (1976). New systems for dental maturity based on seven and four teeth. *Annals of human biology*, 3(5), 411-421.
<http://doi.org/10.1080/03014467600001671>

Demment, M., Wells, N., & Olson, C. (2015). Rural middle school nutrition and physical activity environments and the change in body mass index during adolescence. *Journal of School Health.*, 85(2), 100-108.

Echazarreta, R, Valdemoros, M^a; San Emeterio, Arazuri. (2007). La influencia de los profesores sobre el ocio físico deportivo de los jóvenes: Percepción de los agentes educativos más cercanos a ellos. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado.*, 11(2), 3.

Elinder, L. S., Heinemans, N., Zeebari, Z., & Patterson, E. (2014). Longitudinal changes in health behaviours and body weight among Swedish school children - associations with age, gender and parental education - the SCIP

school cohort. *BMC Public Health*. <http://doi.org/10.1186/1471-2458-14-640>

Espejo, T., Cabrera, Á., Castro, M., & Francisco, L. (2015). « Exergames » para la mejora de la salud en niños y niñas en edad escolar : estudio a partir de hábitos sedentarios e índices de obesidad., *14*(2).

Estévez, M., F. (2011). Percepción de la Educación Física para la salud del alumnado en la Enseñanza Secundaria Obligatoria. *EFDeportes.*, 152.

Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad. (2005). *Ministerio de Sanidad y Consumo. Agencia Española de Seguridad Alimentaria*. <http://doi.org/10.2307/3465803>

Fernández, J. A. (2005). Relación del desarrollo corporal en el alumno de la ESO con su nivel socioeconómico. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*, 5(19), 166-178.

Flórez, J., Salguero, A., Molinero, O., & Marquez, S. (2011). Relación de la habilidad física percibida y el clima motivacional percibido en estudiantes de secundaria, colombianos. *Psychologia: avances de la disciplina.*, 5, 69-79.

García Bengoechea, E., Sabiston, C. M., Ahmed, R., & Farnoush, M. (2010). Exploring links to unorganized and organized physical activity during adolescence: the role of gender, socioeconomic status, weight status, and enjoyment of physical education. *Research quarterly for exercise and sport*, 81(1), 7-16. <http://doi.org/10.5641/027013610X13352775119475>

- García, J. E. M. (2010). Actividad física y composición corporal en escolares andaluces de entre 13-16 años. Análisis de la calidad de vida y motivos que inducen a la práctica de actividades físico-deportivas. *Apunts. Educación Física y Deportes*.
- Gebremariam, M. K., Bergh, I. H., Andersen, L. F., Ommundsen, Y., Totland, T. H., Bjelland, M., ... Lien, N. (2013). Are screen-based sedentary behaviors longitudinally associated with dietary behaviors and leisure-time physical activity in the transition into adolescence? *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 9. <http://doi.org/10.1186/1479-5868-10-9>
- Ghooshchy, S. G., Kameli, S., & Jahromi, M. K. (2011). The effect of sport activity and gender differences on self-perception in adolescents. *Procedia Computer Science*, 3, 1532-1534. <http://doi.org/10.1016/j.procs.2011.01.044>
- Gibbons, S. L. (2009). Meaningful participation of girls in senior physical education courses. *Canadian Journal of Education*, 32(2), 222-244.
- Gil Madrona, P., González Villora, S., Vicedo, P., Carlos, J., & Fernández Bustos, J. G. (2010). Actividad física y hábitos relacionados con la salud en los jóvenes: estudio en España. *Reflexiones*, 89(2), 147-161.
- Gil, P., Cuevas, R., & Contreras, O. R. (2012). Educación Física y hábitos de vida activa : percepciones de los adolescentes y relación con el abandono deportivo. *Aula Abierta*, 40(3), 115-124.

- Giménez, A. M., Fernández-Río, J., & Estrada, J. A. C. (2013). Papel importante del alumnado, necesidades psicológicas básicas, regulaciones motivacionales y autoconcepto físico en educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 71-82. <http://doi.org/10.4321/S1578-84232013000100008>
- Girona, M. J. C., Piéron, M., & Valeiro, M. Á. G. (2006). Actitudes y motivación en educación física escolar. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (10), 5-22.
- Gómez-Mármol, a. (2013). Relación Entre La Autopercepción De La Imagen Corporal Y Las Clases De Educación Física, Según Su Nivel De Intensidad Y Diversión, En Alumnos De Educación Secundaria. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 31, 99-109.
- Gómez-Rijo, A. (2013). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en relación con la diversión y la desmotivación en las clases de educación física. *Revista de Investigación en Educación*, 11(2), 77-85.
- González, P . (2009). La práctica de juegos populares y tradicionales canarios durante el ocio del alumnado en la educación primaria (6-12 años) en Santa Cruz de Tenerife. *Efdeporte.com / Revista Digital.*, 138.
- González Pascual, M. (2005). ¿Tienen sexo los contenidos de la educación física escolar? Transmisión de estereotipos de sexo a través de los libros de texto en la etapa de secundaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 5(18), 77-88.

- Granero-gallegos, A., & Baena-Extremuera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 25, 23-27.
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremuera, A., Gomez-Lopez, M., & Abrales, J. A. (2014). Estudio psicométrico y predicción de la importancia de la educación física a partir de las orientaciones de meta («Perception of Success Questionnaire - POSQ»). *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 27(3), 443-451. <http://doi.org/10.1590/1678-7153.201427304>
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremuera, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2014a). Modelo predictivo de la importancia y utilidad de la educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 121-130.
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremuera, A., Sánchez-Fuentes, J. a., & Martínez-Molina, M. (2014b). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 59-70.
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Baena-Extremuera, A., Bracho-Amador, C., & Pérez-Quero, F. J. (2015). Evaluación de las diferencias en la motivación de estudiantes de educación física en secundaria, según las estrategias del profesor para mantener la disciplina. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 28(2), 222-231. <http://doi.org/10.1590/1678-7153.201528202>

- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. *The American psychologist*, 69(1), 66-78.
<http://doi.org/10.1037/a0034857>
- Gråstén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A., & Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11(2), 260-269.
- Griffin, P. S. (1984). Girls' Participaton Patterns in a Middle School Team Sports Unit. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4(1), 30-38.
- Guerra, A., Ruiz, I. C., Díaz, C. M., Castañeda, S. S., Carrasco, M., Medrano, R. S., Manuel, P. (2015). *Hábitos sedentarios en adolescentes escolarizados de Cantabria*. (Vol. 2041).
- Guti, M. (2014). Relaciones entre el clima motivacional , las experiencias en educación física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, 2041, 9-14.
- Hallal, P. C., & Knuth, A. G. (2010). Prática de atividade física em adolescentes brasileiros Physical activity practice among Brazilian adolescents. *Ciencia e Saude Coletiva*, 15(2), 3035-3042.
- Hernández Álvarez, J. L., Campo Vecino, J. Del, Martínez de Haro, V., & Moya Morales, J. M. (2010). Perception of exertion in physical education and its relationship to guidelines on physical activity. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 10(40), 7-10.

- Hernando, Á., Oliva, A., & Ángel Pertegal, M. (2013). Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes. *Psychosocial Intervention*, 22(1), 15-23. <http://doi.org/10.5093/in2013a3>
- Inés, M., Pais, T., & Cao, A. R. (2011). Las imágenes en los libros de texto de Educación Física de la ESO: modelos corporales y actividad física. *Revista de educación*, 354, 293-322.
- Iriarte Ramos, S., Pérez Torralba, M. V., Zaera Alquézar, A. C., Charlo Bernardos, M., & Sanz Gómez, A. I. (2011). Actividad física y salud mental¿ dúo inseparable?. *Metas enferm*, 64-69.
- Isorna Folgar, M., Ruiz Juan, F., & Rial Boubeta, A. (2013). Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 8(23), 93-102. <http://doi.org/10.12800/ccd.v8i23.297>
- Jiménez-Castuera, R., Cervelló-Gimeno, E., García-Calvo, T., Santos-Rosa, F. J., & Iglesias-Gallego, D. (2007). Estudio de las relaciones entre motivación, práctica deportiva extraescolar y hábitos alimenticios y de descanso en estudiantes de Educación Física. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(2), 385-401.
- Johnston, L. D., Delva, J., & O'Malley, P. M. (2007). Sports Participation and Physical Education in American Secondary Schools. Current Levels and Racial/Ethnic and Socioeconomic Disparities. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(4 SUPPL.). <http://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.07.015>

- Kirk, D. (2005). Physical education, youth sport and lifelong participation: the importance of early learning experiences. *European Physical Education Review*. <http://doi.org/10.1177/1356336X05056649>
- Kjonnixsen, L., Fjortoft, I., & Wold, B. (2009). Attitude to physical education and participation in organized youth sports during adolescence related to physical activity in young adulthood: A 10-year longitudinal study. *European Physical Education Review*, 15(2), 139-154. <http://doi.org/10.1177/1356336X09345231>
- La Torre, G., Masala, D., De Vito, E., Langiano, E., Capelli, G., Ricciardi, W., Manocci, A. (2006). Extracurriculares la actividad física y el estado socioeconómico de los adolescentes italianos. *BMC Public Health*., 6, 2006.
- Lazo, C. M., & Gabelas Barroso, J. A. (2007). La educación para el consumo de pantallas, como praxis holística. (Spanish). *Education for screen use as holistic praxis. (English)*, 10(62), 1-5.
- Lee, H. (2014). The Role of Parenting in Linking Family Socioeconomic Disadvantage to Physical Activity in Adolescence and Young Adulthood. *Youth & Society*, 46(2), 255-285. <http://doi.org/10.1177/0044118X12470431>
- Leites, G. T., Bastos, G. A. N., & Bastos, J. P. (2013). Prevalence of insufficient physical activity in adolescents in South Brazil. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*., 15(3), 286-295.

- Linda Rikard, G., & Banville, D. (2006). High school student attitudes about physical education. *Sport, Education and Society*, 11(4), 385-400. <http://doi.org/10.1080/13573320600924882>
- Linetzky, B., De Maio, F., Ferrante, D., Konfino, J., & Boissonnet, C. (2013). Sex-stratified socio-economic gradients in physical inactivity, obesity, and diabetes: Evidence of short-term changes in Argentina. *International Journal of Public Health*. <http://doi.org/10.1007/s00038-012-0371-z>
- Lioret, S., Maire, B., Volatier, J.-L., & Charles, M. (2007). Child overweight in France and its relationship with physical activity, sedentary behaviour and socioeconomic status. *European journal of clinical nutrition*, 61(4), 509-516. <http://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602538>
- López, J. C., Álvarez, E. F., Pérez-Tejero, J., & Molinuevo, J. S. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en Educación Física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.
- Luque, G. T., Fernández, I. L., & Carnero, E. Á. (2015). Análisis fraccionado de la actividad física desarrollada en escolares. *Revista de psicología del deporte*, 24(2), 373-379.
- Lyu, M., & Gill, D. L. (2011). Perceived physical competence, enjoyment and effort in same-sex and coeducational physical education classes. *Educational Psychology*, 31(2), 247-260. <http://doi.org/10.1080/01443410.2010.545105>

- Mäkinen, T. E., Borodulin, K., Tammelin, T. H., Rahkonen, O., Laatikainen, T., & Prättälä, R. (2010). The effects of adolescence sports and exercise on adulthood leisure-time physical activity in educational groups. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7, 27. <http://doi.org/10.1186/1479-5868-7-27>
- Manuel, A., & Sánchez, S. (1983). La participación de los alumnos en las clases de Educación Física: una perspectiva cualitativa de sus comportamientos. *Revista Digital-Buenos Aires*, 9(67).
- Manuel Villard Aijón, Manuel Tomás Abad Robles, Mar Montávez Martín, E. C. V. (2013). Percepciones del profesorado de Educación Física de Secundaria en Andalucía: metodología y expresión corporal. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 2041(24), 149-153.
- Mark, A. E., & Janssen, I. (2008). Relationship between screen time and metabolic syndrome in adolescents. *Journal of Public Health*, 30(2), 153-160. <http://doi.org/10.1093/pubmed/fdn022>
- Marques, A., Martins, J., Santos, F., Sarmiento, H., & da Costa, F. C. (2014). Correlates of school sport participation: A cross-sectional study in urban Portuguese students., 29(4), 31-38.
- Martínez Baena, A. C., Chillón, P., Martín-Matillas, M., Pérez López, I., Castillo, R., Zapatera, B., ... & Delgado-Fernández, M. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes

españoles: estudio Avena. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 45-54.

Martínez-Gómez, D., Eisenmann, J. C., Gómez-Martínez, S., Veses, A., Marcos, A., & Veiga, O. L. (2010). Sedentarismo, adiposidad y factores de riesgo cardiovascular en adolescentes. Estudio AFINOS. *Revista Española de Cardiología*, 63(3), 277-285. [http://doi.org/10.1016/S0300-8932\(10\)70086-5](http://doi.org/10.1016/S0300-8932(10)70086-5)

Martínez, E.J., Lozano, L. M., Zagalaz, M.L., Romero, S. (2009). Valoración y autoconcepto del alumnado con sobrepeso. Influencia de la escuela, actitudes sedentarias y de actividad física. *Recyde. Revista iberoamericana de Ciencias del Deporte*, 5(17), 44-59.

Martins, J., Marques, A. & Carreiro da Costa, F. (2015). Narraciones de adolescentes con estilos de vida activos y sedentarios. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 15(58), 223-244.

Mata, I. M., Ros, C. R., Bastida, A., & Menescardi, C. (2013). Estereotipos de sexo y raza en las imágenes de los libros de texto de educación física en primaria. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 2041(23), 14-18.

Mckercher, C., Sanderson, K., Schmidt, M. D., Otahal, P., Patton, G. C., Dwyer, T., & Venn, A. J. (2014). Physical activity patterns and risk of depression in young adulthood : a 20-year cohort study since childhood. *Social psychiatry*

and psychiatric epidemiology., 49(11), 1823-1834.
<http://doi.org/10.1007/s00127-014-0863-7>

McMillan, J. y Schumacher, S. (2005). *Investigación educativa*. (5ª ed.). Madrid: Pearson Education, S.A.

McPhie, M. L., & Rawana, J. S. (2015). The effect of physical activity on depression in adolescence and emerging adulthood: A growth-curve analysis. *Journal of adolescence*, 40, 83-92.

Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. a, Fernández-Río, J., & González, C. (2012). Autodeterminación y metas sociales: Un modelo estructural para comprender la intención de práctica, el esfuerzo y el aburrimiento en Educación Física. *Aula Abierta. Universidad de Oviedo.*, 40(1), 51-61.

Méndez-Giménez, A., Cecchini-Estrada, J.-A., & Fernández-Río, J. (2014). Motivational Profiles and Achievement Goal Dominance in Physical Education. *The Spanish Journal of Psychology*, 17, E36.
<http://doi.org/10.1017/sjp.2014.37>

Méndez-Giménez, A., Fernández-río, J., & Cecchini-estrada, J. a. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula Abierta*, 41, 63-72.

Mersh, R., & Fairclough, S. J. (2010). Physical activity, lesson context and teacher behaviours within the revised English National Curriculum for Physical Education: A case study of one school. *European Physical Education Review*, 16(1), 29-45. <http://doi.org/10.1177/1356336X10369199>

- Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad, O. D. S. N. D. S. (2011). *Informe Anual del Sistema Nacional de Salud 2011. Ministerio de Sanidad, Sevicios Sociales e igualdad.*
- Ministerio de Sanidad y Consumo, & Ministerio de Educación y Ciencia. (2006). Recomendaciones sobre Actividad Física para la infancia y la adolescencia. *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación.*, 37 - 54.
- Møller, N. C., Kristensen, P. L., Wedderkopp, N., Andersen, L. B., & Froberg, K. (2009). Objectively measured habitual physical activity in 1997/1998 vs 2003/2004 in Danish children: The European Youth Heart Study. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 19(1), 19-29. <http://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00774>.
- Moreno, F. C., & Campos, C. P. (2013). Relación entre la actividad física, los hábitos alimentarios y el consumo y actitud hacia las drogas en un instituto valenciano. *Edetania: estudios y propuestas socio-educativas*, (44), 219-230.
- Moreno, J. A., & Hellín, M. G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *Revista electrónica de investigación Educativa*, 9, 1-20.
- Moreno, J. A., Moreno, R., & Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17(2), 261-267.

- Moreno, J., & Altamirano, F. (2005). Efectos de la televisión sobre la actividad física y el rendimiento escolar en niñas escolares. *Cultura de los cuidados: Revista de enfermería y humanidades.*, 17, 88-93.
- Moreno Murcia, J. A., González-Cutre Coll, D., & Chillón Garzón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: the Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale. *The Spanish journal of psychology*, 12(1), 327-337. <http://doi.org/10.1017/S1138741600001724>
- Moreno-Murcia, J. A., Álvarez, T. Z., Miguel, L., Oliveira, M. De, Pérez, R., & Gimeno, E. C. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación.*, 362, 380-401. <http://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165>
- Moreno-Murcia, J. A., Gimeno, E. C., Carretero, C. M., Lacárcel, J. A. V., & Calvo, T. G. (2012). Metas sociales, necesidades psicológicas básicas y motivación intrínseca como predictores de la percepción del esfuerzo en las clases de educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 215-221.
- Moreno-Murcia, J. A., Huéscar, E., Peco, N., Alarcón, E., & Cervelló, E. (2013). Relación del feed-back y las barreras de comunicación del docente con la motivación intrínseca de estudiantes adolescentes de educación física. *Anales de Psicología*, 29(1), 257-263. <http://doi.org/10.6018/analesps.29.1.161881>

- Moreno-Murcia, J. A., Martínez-Galindo, C., & Alonso-Villodre, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 2(3), 20-43. <http://doi.org/10.5232/ricyde2006.00302>
- Morente Oria, H., Zagalaz Sánchez, M. L., Molero López-Barajas, D., & Carrillo Aguilera, S. (2012). Prevención de la obesidad infantil a través de una motivación intrínseca hacia la práctica de actividad física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 2041, 49-52.
- Munive, H. y P. T. (2011). Comportamientos relacionados con la salud en estudiantes de Santa Marta: Comparación entre colegios públicos y privados. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud.*, 8, 58-65.
- Muñoz, S. (2005). La Educación Física escolar ante el problema de la obesidad y el sobrepeso. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 5, 179-199.
- Murillo Pardo, B., García-Bengoechea, E., Clemente, J., Antonio, J., Estrada Tenorio, S., Martín-Albo, J., & García González, L. (2015). Factors associated with compliance with physical activity recommendations among adolescents in Huesca. *Revista de psicología del deporte*, 24.
- Neira, M. G. (2014). Análisis de libros de texto en Brasil y en España : una introducción al tema en el área de Educación Física. *Movimento, Porto Alegre*, 20(2), 659-685.

- Neuls, F., Vašíčková, J., & Vysloužilová, L. (2014). Students' attitudes to PE lessons with respect to lesson content, sex, and type of school. *Journal of Human Sport and Exercise*, 9(1 (special issue)), 5-7. <http://doi.org/10.14198/jhse.2014.9.Proc1.16>
- Nicholls, J. (1989). The Competitive Ethos and Democratic Education. *Harvard University Press*.
- Niederkofer, B., Herrmann, C., Seiler, S., & Gerlach, E. (2015). What influences motivation in Physical Education? A multilevel approach for identifying climate determinants of achievement motivation. *Psychological Test and Assessment Modeling*, 57(1), 70-93.
- Ning, W., Ph, D., Pope, Z., Gao, Z., & Ph, D. (2015). Associations between Adolescents' Situational Motivation and Objectively-Determined Physical Activity Levels in Physical Education. *Journal of Teaching, Research, and Media in Kinesiology*, (2004), 1-13.
- Ntoumanis, N. (2005). A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Using a Self-Determination Theory Framework. *Journal of Educational Psychology*, 97, 444-453. <http://doi.org/10.1037/0022-0663.97.3.444>
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. J. (1999). Affect and achievement goals in physical activity: a meta-analysis. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 9(6), 315-332. <http://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00253.x>

- Nuviala, A., Munguía, D., Fernández, A., Ruiz, F., García, M. E. (2009). Tipologías de ocupación de tiempo libre de adolescentes españoles. El caso de los participantes en actividades físicas organizadas. *Journal of Human Sport and Exercise*, IV(1), 21-43.
- Olivares, P. R., Cossio-bola, M. A., Gómez-Campos, R., Almonacid-Fierro, A., & Garcia-Rubio, J. (2015). Influence of parents and physical education teachers in adolescent physical activity. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15, 113-120.
- Organization, W. H. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Geneva: *WHO Library Cataloguing-in-Publication Data*, 1-58.
[http://doi.org/978 92 4 359997 7](http://doi.org/978_92_4_359997_7)
- Oviedo, G., Sánchez, J., Castro, R., Calvo, M., Sevilla, J. C., Iglesias, A., & Guerra, M. (2013). Niveles de actividad física en población adolescente: estudio de caso., 2041, 43-47.
- Pano, G., & Markola, L. (2012). 14-18 Years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7, 11-14.
<http://doi.org/10.4100/jhse.2012.7.Proc1.07>
- Pavón, D. J., Ortega, F. P., Ruiz, J. R., Romero, V. E., Artero, E. G., Urdiales, D. M., ... Castillo, M. J. (2010). Socioeconomic status influences physical fitness in European adolescents independently of body fat and physical activity: The Helena study. *Nutricion Hospitalaria*, 25(2), 311-316.
<http://doi.org/10.3305/nh.2010.25.2.4596>

- Perea., M. D. G. (s. f.). *Eficacia de un Programa Personalizado de Promoción y Educación para la Salud Implementado en Dispositivos Móviles*. Sevilla.
- Pérez, I. J. D. (2007). Mejora de los conocimientos, procedimientos y actitudes del alumnado de secundaria tras un programa de intervención en educación física para la salud. *Motricidad European Journal of Human Movement*, 18, 61-77.
- Piéron, M., Ruiz Juan, F., & García Montes, M. E. (2008). La opinión del alumno de educación secundaria sobre las clases de educación física: un desafío para los profesores y los formadores. *Fuentes Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación*, 8(8), 159-175.
- Poletti O & Barrios L . (2007). Sobrepeso, obesidad, hábitos alimentarios, actividad física y uso del tiempo libre en escolares de Corrientes (Argentina). *Rev Cubana Pediatr.*, 79.
- Puyal, S., Casterad, Z., & Lanaspá, J. G. (2014). Original influencias de « otros significativos » para la práctica de actividad física en adolescentes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14, 735-753.
- Quevedo-Blasco, V. J. (2009). Análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes. *Revista de Investigación en Educación*, nº 6, 33-42.
- Ranøyen, I., Stenseng, F., Klöckner, C. A., Wallander, J., & Jozefiak, T. (2015). Familial aggregation of anxiety and depression in the community: the role

of adolescents' self-esteem and physical activity level (the HUNT Study).
BMC public. *public health*, 15(1), 78.

Rey-Cao, A., Táboas-Pais, I., & González-Palomares, A. (2014). Criterios para la selección de imágenes sin estereotipos vinculadas con la práctica de actividad físico-deportiva en la edición de libros de texto. *Enseñanza & Teaching*, 32(2), 73-96.
<http://doi.org/http://dx.doi.org/10.14201/et20143217396>

Rey-López, J. P., Bel-Serrat, S., Santaliestra-Pasías, a., de Moraes, a. C., Vicente-Rodríguez, G., Ruiz, J. R., ... Moreno, L. a. (2013). Sedentary behavior and clustered metabolic risk in adolescents: The HELENA study. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 23(10), 1017-1024.
<http://doi.org/10.1016/j.numecd.2012.06.006>

Rijo Moreno, H., & Moreno J, M. H. I. & G. M. S. (2014). Necesidades psicológicas básicas en educación física según el género y el ciclo educativo del estudiante durante la escolaridad obligatoria. *Revista de Investigación Educativa*, 32 (1), 159-168.

Rodríguez Cabrero, M., García Aparicio, A., García Pastor, T., Salinero, J. J., Pérez González, B., Sánchez Fernández, J. J., & Ibáñez Moreno, R. (2015). Actividad física y ocio y su relación con el índice Ruffier en adolescentes. *Revista internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física del Deporte*.

Rodríguez, P. L., López, F. J., López Miñarro, P. Á., & García Cantó, E. (2014). Actividad físico-deportiva, gasto calórico y consumo de tabaco en

- adolescentes de Murcia (España). *Archivos argentinos de pediatría*, 112(1), 12-19.
- Rodríguez, J. E. A. (2004). Relación entre actividad física y consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias perjudiciales para la salud en alumnos de ESO del municipio de Avilés. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 12(12), 46-69.
- Rossi, R. R. (2006). La obesidad infantil y los efectos de los medios electrónicos de comunicación. *Investigación en salud.*, VIII(002), 95-98.
- Ruiz-Risueño Abad & Ruiz-Juan, J. (2015). Actividad físico-deportiva y contexto familiar: variables predictoras de consumo de tabaco entre adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte.*, 10, 121-131.
- Ruggero, C. J., Petrie, T., Sheinbein, S., Greenleaf, C., & Martin, S. (2015). Cardiorespiratory fitness may help in protecting against depression among middle school adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 57(1), 60-65.
- Ruiz-Juan, F., & Piéron, M. (2013). Orientaciones de meta en educación Física y nivel de actividad físicodeportiva en estudiantes mexicanos. *Universitas Psychologica*, 12(1), 235-247.
- Ruiz, F. y Ruiz Risueño, J. R. (2010). Ingesta de alcohol y práctica de actividad físico deportiva en jóvenes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*, 10(38), 302-322.

- Sáenz-Lopez, P., Sicilia-Camacho, A., & Manzano, J. L. (2010). La opinión del profesorado sobre la enseñanza de la educación física en función del género. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad física y el Deporte*, 10, 167-180.
- Sánchez, M. C., Ortega, F. Z., & Cuberos, R. C. (2015). Sustancias nocivas y clima motivacional en relación con la práctica de actividad física. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 15(2), 115-126.
- Sanmartín, M. G., Doménech, C. P., & Benet, E. T. (2007). Perfil de la educación física y sus profesores desde el punto de vista de los alumnos. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte.*, 3(8), 39-52.
<http://doi.org/10.5232/ricyde2007.008.04>
- Santaliestra-Pasías, A. M., Rey-López, J. P., & Moreno Aznar, L. a. (2013). Obesity and sedentarism in children and adolescents: what should be bone? *Nutrición hospitalaria*, 28 Suppl 5(99), 99-104.
<http://doi.org/10.3305/nh.2013.28.sup5.6924>
- Senne, T., Rowe, D., Boswell, B., Decker, J., & Douglas, S. (2009). Factors associated with adolescent physical activity during middle school physical education: A one-year case study. *European Physical Education Review*, 15(3), 295-314. <http://doi.org/10.1177/1356336X09364722>
- Shen, B. (2014). Outside-school physical activity participation and motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 84(1), 40-57.
<http://doi.org/10.1111/bjep.12004>

- Silva, Eduarda María Rocha Teles de Castro Coelho, & Libório. (2008). El impacto de la práctica de actividades físicas y deportivas en algunos indicadores de salud en jóvenes del 2º y 3º ciclos de la Enseñanza Básica y Secundaria de Vila Real. *Enseñanza básica y secundaria de Vila real.*, 7(3), 151-157. <http://doi.org/10.3900/fpj.7.3.151.s>
- Silva, K., Nahas, M., Peres, K., & Lopes, A. (2009). Factores asociados à atividade física, comportamento sedentário e participação na Educação Física em estudantes do Ensino Médio em Santa Catarina, Brasil. *Cad Saúde Pública*, 25(10), 2187-2200.
- Sinelnikov, O. a, & Hastie, P. a. (2010). Students ' Autobiographical Memory of Participation in Multiple Sport Education Seasons. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29, 167-183.
- Smith, A., Green, K., & Thurston, M. (2009). 'Activity choice' and physical education in England and Wales. *Sport, Education and Society*, 14(2), 203-222. <http://doi.org/10.1080/13573320902809096>
- Soini, M., Liukkonen, J., Watt, A., Yli-Piipari, S., & Jaakkola, T. (2014). Factorial validity and internal consistency of the motivational climate in physical education scale. *Journal of Sports Science and Medicine*, 13(1), 137-144.
- Stalsberg, R., Pedersen, A. V. (2009). Efectos del estatus socioeconómico en la actividad física en adolescentes: una revisión sistemática de la evidencia. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in sport.*, 20, 368-383.

- Stamatakis, E., Hillsdon, M., Mishra, G., Hamer, M., & Marmot, M. (2009). Television viewing and other screen-based entertainment in relation to multiple socioeconomic status indicators and area deprivation: the Scottish Health Survey 2003. *Journal of epidemiology and community health*, 63(9), 734-740. <http://doi.org/10.1136/jech.2008.085902>
- Suchert, V., Hanewinkel, R., Isensee, B., & läuft S. G. (2015). Sedentary behavior, depressed affect, and indicators of mental well-being in adolescence: Does the screen only matter for girls? *Journal of adolescence*, 42, 50-58.
- Tassitano, R. M., Barros, M. V. G., Tenório, M. C. M., Bezerra, J., Florindo, A. a., & Reis, R. S. (2010). Enrollment in physical education is associated with health-related behavior among high school students. *Journal of School Health*, 80(3), 126-133. <http://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2009.00476.x>
- Teixeira, P. J., Carraça, E. V, Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 78. <http://doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>
- Tejero, C. M., Balsalobre, C., & Higuera, E. (2011). Ocio Digital Activo (Oda). Realidad Social , Amenazas Y Oportunidades De La Actividad Física. *Journal of Sport and Health Research.*, 3(1), 7-16.
- Telama, R., Laakso, L., Nupponen, H., Rimpelä, A., & Pere, L. (2009). Secular trends in youth physical activity and parents' socioeconomic status from 1977 to 2005. *Pediatric exercise science*, 21(4), 462-474.

- Tomás, F. J. A., Serrano, J. S., Clemente, A. J., Sos, A. A., Aibar, A., & García, L. (2014). Aplicación de Estrategias Docentes para la Mejora de la Motivación Situacional del Alumnado en Educación Física. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(33), 391-418.
- Tousignant, M., & Siedentop, D. (1983). A qualitative analysis of task structures in required secondary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 3, 47-58.
- Trogliero, C., & Morasso, M. D. C. (2002). Obesidad y nivel socioeconómico en escolares y adolescentes de la ciudad de Salta. *Arch.argent.pediatr*, 100(5), 360-366.
- Urturi, A. F. (2014). Consumo de sustancias adictivas en los adolescentes de 13 a 18 años y otras conductas de riesgo relacionadas. *Pediatría Atención Primaria*, 16(62), 125-134.
- Valdemoros, M; San Emeterio. (2012). Educación informal y ocio juvenil. El influjo de los amigos en el abandono de la práctica físico-deportiva Informal. *sips - pedagogia social. Revista interuniversitaria.*, 1723, 203-221.
- Vega Fuente, A., Aramendi Jauregui, P., Buján Vidales, M. K., & Garín Casares, S. (2014). La educación para la salud en la ESO: aportaciones de un estudio sobre el país vasco. *Educación XX1*, 18(1), 167-188.
<http://doi.org/10.5944/educxx1.18.1.12316>

- Vergara, M., Elzel, L., Ramírez, R., Castro-López, R., Cachón, J. (2015). (2015). Actividad Física en estudiantes de octavo curso de Educación Básica de la comuna de Río Bueno (Chile). *Journal of School Health*, 7(1), 43-54.
- Verloigne, M., Van Lippevelde, W., Maes, L., Yildirim, M., Chinapaw, M., Manios, Y., ... De Bourdeaudhuij, I. (2013). Self-reported TV and computer time do not represent accelerometer-derived total sedentary time in 10 to 12-year-olds. *European Journal of Public Health*, 23(1), 30-32. <http://doi.org/10.1093/eurpub/cks047>
- Viñas, J., & Pérez, M. (2011). Los hábitos deportivos de la población escolar en España., 127.
- Wennberg, P., Gustafsson, P. E., Dunstan, D. W., Wennberg, M., & Hammarström, A. (2013). Television viewing and low leisure-time physical activity in adolescence independently predict the metabolic syndrome in mid-adulthood. *Diabetes Care*, 36(7), 2090-2097. <http://doi.org/10.2337/dc12-1948>
- Wielopolski, J., Reich, K., Clepce, M., Fischer, M., Sperling, W., Kornhuber, J., & Thuerauf, N. (2015). (2015). Physical activity and energy expenditure during depressive episodes of major depression. *Journal of affective disorders*, 174, 300-304.
- Wojtyła-Buciora, P., Stawińska-Witoszyńska, B., Wojtyła, K., Klimberg, A., Wojtyła, C., Wojtyła, A., & Marcinkowski, J. T. (2014). Assessing physical activity and sedentary lifestyle behaviors for children and adolescents living

in a district of Poland. What are the key determinants for improving health?.

Annals of agricultural and environmental medicine: AAEM., 21(3), 606-612.

Yuste, J.L., García-Jiménez, J.V. y García-Pellicer, J. J. (2015). Original intensity of physical education classes in. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 15, 309-323.

Zamorano, M. A., Fernández, E., Blández. A.J. (2007). Estereotipos de género, actividad física y escuela: La perspectiva del alumnado. *Revista de curriculum y formación del profesorado*, 11(2).

Zapico, R. B., Vázquez, I. A., Rodríguez, C. F., & Díez, J. H. (2009). Actividades extraescolares, ocio sedentario y horas de sueño como determinantes del sobrepeso infantil. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy.*, 9(1), 59-66.

8. ANEXOS

ANEXO 1. CUESTIONARIO REDUCIDO PARA HOMBRES

Centro

Provincia

Edad

Curso

Sexo

- ☒ Hombre
- ☐ Mujer

Motivación.

		1	2	3	4
1	¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	¿Se encarga el profesor de educación física de motivar a los chicos en clase?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ocio.

		1	2	3	4
4	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Durante el fin de semana ¿practicas actividad física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Participación.

		1	2	3	4
7	Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo?				
8	Valora cuánto participas en las actividades rítmico-expresivas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Valora cuánto participas en las actividades físicas en la naturaleza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Valora cuánto participas en actividades gimnásticas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Salud.

		1	2	3	4
11	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la diabetes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la depresión psíquica.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Clase social.

		1	2	3	4
14	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	¿Piensas que un mayor nivel económico ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

El profesor de Educación Física.

		1	2	3	4
18	¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

ANEXO 2. CUESTIONARIO REDUCIDO PARA MUJERES

Centro

Provincia

Edad

Curso

Sexo

☒ Hombre

☐ Mujer

Motivación.

		1	2	3	4
1	¿Te resulta la asignatura de Educación Física divertida?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ocio.

		1	2	3	4
4	¿Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Durante el fin de semana ¿practicas actividad física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas organizadas? (club, gimnasio...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Participación.

		1	2	3	4

8	En las clases de Educación Física en la etapa de secundaria participas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Valora cuánto participas en las actividades de juegos y deportes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	¿ Estás de acuerdo en aumentar el número de horas de Educación Física por semana?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Salud.

		1	2	3	4
11	¿Piensas que las clases de Educación Física influyen en la mejora de tu salud?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	¿Piensas que la actividad física influirá en un futuro sobre la mejora de tu salud?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	¿Crees que el profesor de Educación Física informa lo suficiente sobre los posibles efectos positivos de la actividad física sobre la salud?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Clase social.

		1	2	3	4
15	¿Piensas que los alumnos de los colegios privados participan más en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	¿Piensas que un mayor nivel de cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera del colegio?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

El profesor de Educación Física.

		1	2	3	4
18	¿ Cambiarías el temario de la programación del profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho

ANEXO 3. CUESTIONARIO EN SU VERSIÓN AMPLIA

PREGUNTAS PARA EL CUESTIONARIO

El cuestionario que se os presenta pretende valorar el nivel de participación en las clases de educación física por parte de los jóvenes de secundaria.

Es anónimo (NO TIENES QUE PONER TU NOMBRE) y no supone un examen, por lo que no existen respuestas verdaderas o falsas, ni buenas ni malas.

Nos interesa conocer tu opinión, para ello, por favor contesta todas las preguntas y hazlo de la manera más sincera posible.

INSTRUCCIONES PARA CONTESTAR A LAS PREGUNTAS.

La mayoría de las preguntas del cuestionario que vas a contestar, tienen una estructura similar, 4 opciones ordenadas de menor a mayor:

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

En el apartado: sexo H – M marca con un círculo H si eres del sexo masculino y M si eres del sexo femenino.

Antes de contestar:

- Lee detenidamente y con atención cada una de las preguntas.
- No te precipites, procura entender la pregunta.
- Rodea con un círculo la opción con la que más de acuerdo estés o con la que más te identifiques.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

CENTRO: Colegio Alemán Alberto Durero. PROVINCIA: Sevilla.

SEXO: H – M.

EDAD:

CURSO:

Motivación

1	¿Piensas que las chicas se motivan en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
2	¿Piensas que los chicos se motivan en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
3	¿Te resulta la asignatura de Educación Física divertida?:	1	2	3	4
4	¿Percibes la clase de Educación Física como una asignatura en la que siempre se dan las mismas cosas?	1	2	3	4
5	¿Te motivan las actividades que se plantean en clases de Educación Física?	1	2	3	4
6	Cuánto te motivas en las actividades de juegos y deportes:	1	2	3	4
7	Cuánto te motivas en las actividades rítmicas y de expresión corporal:	1	2	3	4
8	Cuánto te motivas en las actividades físicas en la naturaleza:	1	2	3	4

9	Cuánto te motivas en las actividades gimnásticas:	1	2	3	4
10	Puntúa el interés que crees que tienen los alumnos de secundaria en la clase de Educación Física.	1	2	3	4
11	Puntúa el interés que crees que tienen los alumnos de primaria en la clase de Educación Física.	1	2	3	4
12	Puntúa la importancia que le das a ganar y competir en las clases de Educación Física.	1	2	3	4
13	En clase de Educación Física las actividades libres (sin organización del profesor) ¿te motivan?	1	2	3	4
14	¿Se encarga el profesor de educación física de motivar a los chicos en clase?	1	2	3	4
15	¿Se encarga el profesor de Educación Física de motivar a las chicas en clase?	1	2	3	4

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

Ocio

16	Cuánto tiempo a la semana le dedicas a salir con los amigos y amigas.	1	2	3	4
17	Cuánto tiempo a la semana le dedicas a jugar a la video consola.	1	2	3	4
18	Cuánto tiempo a la semana le dedicas al uso de ordenador, redes sociales.	1	2	3	4
19	Cuánto tiempo a la semana le dedicas a estudiar.	1	2	3	4
20	Cuánto tiempo a la semana le dedicas a hacer deporte.	1	2	3	4
21	¿Cuántas horas le dedicas a la semana a la práctica de actividad física fuera del colegio?:	1	2	3	4
22	Durante el fin de semana ¿practicas actividad física?:	1	2	3	4
23	Durante el periodo de vacaciones ¿practicas actividad física?:	1	2	3	4
24	Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas organizadas? (un club, gimnasio...):	1	2	3	4

25	Fuera del colegio ¿te divierten las actividades físicas libres? (sin organizar):	1	2	3	4
26	La asignatura de Educación Física me enseña a ocupar mi tiempo de ocio:	1	2	3	4

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

Participación.

27	En las clases de Educación Física durante la etapa de primaria participabas:	1	2	3	4
28	En las clases de Educación Física en la etapa de secundaria participas:	1	2	3	4
29	En la edad adulta ¿piensas que participarás en actividades físicas?:	1	2	3	4
30	¿Piensas que la participación de los alumnos y de las alumnas en las clases de Educación Física cambia de la etapa de primaria a secundaria.	1	2	3	4

31	Cuando tu profesor de Educación Física no mira durante la realización del ejercicio ¿cuántas veces dejas de hacerlo?	1	2	3	4
32	Valora cuánto participas en las actividades de juegos y deportes.	1	2	3	4
33	Valora cuánto participas en las actividades rítmico-expresivas.	1	2	3	4
34	Valora cuánto participas en las actividades físicas en la naturaleza.	1	2	3	4
35	Valora cuánto participas en actividades gimnásticas.	1	2	3	4
36	¿ Estás de acuerdo con el número de horas de Educación Física por semana?:	1	2	3	4
37	¿ Estás de acuerdo con disminuir el número de horas de Educación Física por semana:	1	2	3	4
38	¿ Estás de acuerdo en aumentar el número de horas de Educación Física por semana?:	1	2	3	4
39	Los días de actividad física libre en las clases de Educación	1	2	3	4

	Física tu participación aumenta:				
--	----------------------------------	--	--	--	--

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

Salud.

40	¿Piensas que las clases de Educación Física influyen en la mejora de tu salud?	1	2	3	4
41	¿Piensas que la actividad física influirán en un futuro sobre la mejora de tu salud?	1	2	3	4
42	¿Crees que el profesor de Educación Física informa lo suficiente sobre los posibles efectos positivos de la actividad física sobre la salud?	1	2	3	4
43	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la pérdida de peso.	1	2	3	4
44	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre los problemas de corazón.	1	2	3	4
45	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de	1	2	3	4

	actividad física sobre la diabetes.				
46	Señala cuánto crees que puede beneficiar la práctica de actividad física sobre la depresión psíquica.	1	2	3	4
47	¿Crees que el consumo de alcohol influye negativamente en la salud?	1	2	3	4
48	¿Crees que el consumo de tabaco influye negativamente en la salud?	1	2	3	4
49	¿Crees que el consumo de drogas influye negativamente en la salud?	1	2	3	4
50	¿Crees que el consumo de drogas ayudaría a incrementar tu rendimiento físico?	1	2	3	4
51	¿Qué importancia crees que tiene una dieta equilibrada sobre la salud?	1	2	3	4

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

Clase social.

52	¿Piensas que en los colegios privados se participa más en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
53	¿Piensas que en los colegios públicos se participa más en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
54	¿Piensas que mejores instalaciones y mayor número de materiales ayudan a participar más en las clase de Educación Física?	1	2	3	4
55	¿Piensas que un mayor nivel de económico ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	1	2	3	4
56	¿Piensas que un mayor nivel de económico ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	1	2	3	4
57	¿Piensas que un mayor nivel cultural ayuda a participar más en las clase de Educación Física?	1	2	3	4
58	¿Piensas que un mayor nivel de cultural ayuda a participar más en actividades físicas fuera de colegio?	1	2	3	4

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

El profesor de Educación Física.

59	¿Piensas que el profesor influye en algo en tu participación en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
60	¿Crees que la forma en la que el profesor de Educación Física da la clase influye en la participación de los alumnos	1	2	3	4
61	¿ Te gusta que tu profesor, profesora de Educación Física sea exigente?	1	2	3	4
62	¿ Te gusta que tu profesor, profesora de Educación Física sea divertido, divertida?	1	2	3	4
63	¿ Te gusta que tu profesor, profesora de Educación Física tenga amplios conocimientos en Educación Física?	1	2	3	4
64	¿ Te gusta que tu profesor, profesora de Educación Física sea dialogante?	1	2	3	4
65	¿ Te gusta que tu profesor, profesora de Educación Física sea autoritario, autoritaria?	1	2	3	4
66	¿Se adaptan los contenidos o temas que el profesor imparte en las clases de Educación Física a tus intereses?	1	2	3	4

67	¿ Cambiarías el temario de la programación del profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
68	¿ Cambiarías la manera de dar las clases de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
69	¿ Cambiarías la forma de evaluar de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	1	2	3	4
70	¿ Cambiarías las explicaciones de tu profesor para aumentar la participación en las clases de Educación Física?	1	2	3	4

(1)= Nada., (2)= Poco., (3)= Bastante., (4)= Mucho.

**ANEXO 4. CARTA DE PRESENTACIÓN A LOS DIRECTORES DE
LOS CENTROS**

Estimado Director/a:

Mi nombre es Fco Julián Gálvez González y poseo la formación de diplomado en magisterio (especialista en Educación Física), licenciado en Pedagogía y licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Actualmente ejerzo con destino definitivo en el Colegio Alemán Alberto Durero (Sevilla) y en la Universidad de Sevilla como profesor asociado donde realizo mi tesis con el título: “**ANÁLISIS DE LA IMPLICACIÓN DE LOS ALUMNOS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**”.

El tema de mi investigación está relacionado con el “Grado de implicación de los alumnos de Secundaria en las clases de Educación Física y los factores influyentes en el aumento o descenso de la misma”. Es por ello, por lo que he diseñado dos cuestionarios para recabar información y que le rogaría que lo cumplimentase el alumnado de su Centro. Así pues, le pido encarecidamente que derive esta petición al profesorado especialista de Educación Física; dicho cuestionario es anónimo, de manera que la privacidad del alumnado está garantizada.

La dirección en la que aparece el cuestionario es la siguiente:

<http://www.sav.us.es/encuestas/efsecun/index.htm>

Atentamente le saluda y le da las gracias de antemano el remitente
Francisco Julián Gálvez González.

